

Bhakri i chana masala

Bhakri i chana masala to jedne z przepisów przywiezionych z mojej podróży do Indii. Miałam to szczęście, że na mojej drodze spotkałam wspaniałe osoby, które pokazały mi kuchnię hinduską od „kuchni”. Gotowałam, uczyłam się, a przede wszystkim próbowałam różnych smaków. Byłam szczęśliwa. Zatem szczęście musi mieć smak ☐

Bhakri to typowy chlebek, który zdomowił się w stanie Gujarat, choć tak naprawdę pochodzi z Maharashtra. Był jednym z pierwszych, które spróbowałam. Jest banalnie prosty w wykonaniu, do tego chrupiący, idealny na lunch, bo utrzymuje świeżość nawet przez kilka dni. Idealny do hinduskiego śniadania, bo dość ciężki, wspaniale smakuje z pikantnymi dodatkami.

Z kolei chana masala, to jedno z najbardziej popularnych dań w całych Indiach. W tym przepisie ciecierzycę ugotowałam w herbacie, dzięki czemu miała ciemniejszy kolor i jej smak był bardziej ziemisty.

Uwielbiam te smaki...

W wersji wegańskiej zamiast masła użyj oleju kokosowego.



[Print Recipe](#)

Bhakri z chana masala

★★★★★ (No Ratings Yet)

🌀 Loading...

By Joanna – Serves: 4

Ingredients

- Na ciasto:
 - 1 1/2 szklanki mąki pszennej pełnoziarnistej
 - 7-8 łyżek rozpuszczonego masła klarowanego lub ghee
 - 4 łyżki mleka roślinnego
 - sól
 - Dodatkowo masło klarowane/ghee do natłuszczenia każdego placka po upieczeniu.
- Na chana masala:
 - 300 g suchej ciecierzycy
 - 1 torebka czarnej herbaty
 - 4 cm obranego imbiru
 - 3 pomidory
 - 1 łyżka oleju kokosowego
 - 2 średnie posiekane cebule
 - 3 posiekane ząbki czosnku
 - 2 ostre zielone papryczki chilli
 - 0,5 łyżeczki sproszkowanego chilli
 - 1 łyżeczka sproszkowanych nasion kolendry
 - 2 łyżeczki sproszkowanego kminu rzymskiego
 - 0,5 łyżeczki czarnej soli i odrobinę zwykłej do smaku wedle uznania
 - 0,5 łyżeczki garam masala
 - 1 łyżka soku z cytryny
 - świeża kolendra do przybrania

Instructions

1

Bhakri przygotowujemy o tak: wymieszaj wszystkie składniki w robocie kuchennym. Odstaw ciasto na 15 minut. Po tym czasie wyrób elastyczne ciasto. Podziel je na 8 równych kawałków, z których uformuj kule. Każdą z kul rozwałkuj na płaski, okrągły placek. Rozgrzej patelnię (średni ogień). Każdy placek piecz/podprażaj z dwóch stron do pojawienia się jasnych brązowych plamek. Wtedy na patelni ugniataj bhakri kulistymi ruchami specjalną drewnianą prasą do bhakri. Jeśli jej nie masz, spróbuj ugniatać bhakri żaroodporną szklanką o gładkim spodzie. Przestań ugniatać wtedy kiedy plamki będą już złotawe i zdejmij z patelni. Nasmaruj masłem powierzchnię każdej bhakri. Będą tłuste, chrupiące i sycące.

2

Do Chana masala musisz przygotować najpierw ciecierzycę. Przez noc namocz ją w wodzie. Odsącz, umieść w garnku, zalej ją świeżą wodą i zagotuj razem z herbatą. Gotuj aż ciecierzycza będzie miękka (ok 1-1,5 godz.). Następnie przygotuj w blenderze pastę z imbiru, i zielonych chilli. Możesz dodać odrobinę wody, by otrzymać konsystencję gęstego sosu. Dorzuć pomidory i zmiel wszystko na puree. Następnie dorzuć 1/3 ugotowanej ciecierzycy - nie wylewaj wody po ugotowanej ciecierzycy- i zblenduj (ale nie na pastę, na kostkę). W wysokiej patelni rozgrzej ogień, dodaj pokrojoną cebulę, zeszklij, wmieszaj czosnek i zblendowaną pastę. Smaż tak długo aż sos odparuje i zgęstnieje i powstanie masala. Wtedy dodaj sypkie przyprawy (bez garam masala), mieszaj przez kilka minut do powstania aromatycznej i gęstej masali. Dodaj ciecierzycę. Jeśli chana masala jest zbyt gęste, dodaj wody pozostałej po gotowaniu ciecierzycy. Na sam koniec dodaj garam masala i wkrop cytrynę. Podawaj z chlebkiem bhakri i świeżą kolendrą. Smacznego!



Przygotowuję bhakri

Przygotowuję bhakriPobierz













W drodze do Mumbai. Prawdziwe szczęście jest w drobnych rzeczach
Takie rzeczy widziałam tylko w filmach