

Warzywa po indyjsku

Aromatyczne Warzywa po Indyjsku

Odkryj niezwykłą podróż kulinarną z naszymi warzywami po indyjsku! Ta **kołorowa kompozycja** bakłażana, cukinii, marchewki, papryki i czerwonej cebuli zyskuje wyjątkowy charakter dzięki orientalnej marynacie. Połączenie oleju sezamowego, soku z cytryny, świeżego imbiru i aromatycznej mieszanki **garam masala** tworzy harmonijną całość, która zachwyci Twoje podniebienie egzotycznymi smakami Indii.

Dla kogo?

Danie to jest idealną propozycją dla *miłośników warzyw* i kuchni orientalnej. Przypadnie do gustu wegetarianom poszukującym *wyrazistych smaków* oraz wszystkim, którzy cenią sobie lekkie, a jednocześnie sycące posiłki. Intensywny aromat przypraw i świeżość warzyw sprawia, że nawet zagorzali mięsożercy docenią tę roślinną ucztę.

Na jaką okazję?

Warzywa po indyjsku sprawdzą się jako *fenomenalna przekąska* na każdą porę dnia. Możesz je podać jako **kołorowy dodatek** do obiadu, samodzielną kolację lub element większego przyjęcia w stylu orientальnym. To również doskonała propozycja na letnie grillowanie, kiedy szukasz alternatywy dla tradycyjnych dań z rusztu.

Czy wiesz, że?

Garam masala, kluczowy składnik tego dania, to tradycyjna indyjska mieszanka przypraw, której skład może się różnić w zależności od regionu. Najczęściej zawiera kardamon, cynamon, goździki i czarny pieprz. Nazwa „garam masala” oznacza

dosłownie „gorącą mieszankę”, co odnosi się nie do ostrości, a do rozgrzewających właściwości tych przypraw.

Dla urozmaicenia

Możesz wzbogacić danie o *słodkie ziemniaki*, *kalafiora* lub *pieczarki portobello*. Dla bardziej sycącej wersji dodaj *tofu* lub *paneer* – tradycyjny indyjski ser. Jeśli lubisz ostrzejsze smaki, zwiększ ilość chili lub dodaj szczyptę *pieprzu cayenne*.