

Delhi Zerdeçal Patates Poha

Toplam 22 dk

Hazırlama 10 dk · Pişirme 12 dk

3 kişilik

Kolay

~285 kcal

Hindistan usulü zerdeçal patates poha, yassı pirinci patates, hardal tohumu ve yer fıstığıyla zenginleştirilmiş baharatlı bir kahvaltılık öğündür.

Malzemeler

- 2 su bardağı Poha
- 2 adet Patates
- 1 çay kaşığı Hardal tohumu
- 0.3 su bardağı Yer fıstığı
- 0.5 çay kaşığı Zerdeçal

Yapılış

- Pohayı süzgeçte 1 slat 5 dakika yumuşatın.
- Patatesi küçük küp doğrayıp tavada 8 dakika pişirin.
- Hardal tohumu, yer fıstığı ve zerdeçal ekleyin.
- Pohayı 10 dakika nazikçe karıştırarak ısıtın.

PÜF NOKTASI

Pohayı fazla ısıtmamak tanelerin ezilmesini önler.

SERVIS ÖNERİSİ

Lime ve kişnişle servis edin.

Alerjenler

Yer fıstığı

Hardal