



## ***Cari aux pois chiches à la mijoteuse***

MIJOTEUSE - RECETTES - REPAS - THÉMATIQUES - VÉGÉTARIEN / VÉGANE



NOMBRE DE PORTION : 4-6

---

TEMPS DE PRÉPARATION :  
15 MIN

---

TEMPS DE CUISSON :

---

TEMPS DE REPOS :

---

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

---

CONGÉLATION: OUI

---

## **Ingrédients**

---

- 1 grosse carotte (1 tasse), pelée et coupée en dés
- 1 poivron orange, coupé en dés
- 1 1/2 tasse de tomates cerises, coupées en deux
- 1 conserve (400 ml) de lait de coco
- 1 conserve (540 ml) de pois chiches, rincés
- 1/4 tasse d'eau ou de bouillon de légumes
- 1 livre de pommes de terre (4-5 moyennes) , pelées et coupées en gros dés
- 1/2 tasse oignon rouge, ciselé
- 1 c. table d'ail, haché
- 1 c. table de gingembre frais, haché
- 1 1/2 c. table de poudre de cari (curry)
- 1 c. thé de poivre noir
- 1 c. thé de sel
- 1 1/2 c. thé de curcuma
- Une pincée de flocons de piment (optionnel) si vous aimez les plats épicés

Garnitures optionnelles :

- Quartiers de lime ou de citron
- Coriandre fraîche
- Oignons verts, tranchés finement

## Préparation

---

- Déposer tous les ingrédients dans la mijoteuse.
- Brasser les ingrédients et cuire à basse température pendant 6-8 heures.
- Servir ainsi avec du pain naan ou avec du riz.