



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

CHIANG MAI KÖRİ İLE YEŞİL KÖRİ (TAYLAND)

<https://www.kotanyi.com>

200 g tavuk
200 g soya eti yada 200 g balık
2 havuç
2 dolmalık kabak
300 g brokoli
150 g ıspanak
1 tin hindistancevizi sütü
2 yemek kaşığı zeytinyağı
1 paket Kotányi Chiang Mai köri harcı
Lezzetlendirmek için tuz

Et, soya eti yada balık etini doğrayın ve pembeleşene kadar yağda kızartın.

İnce ince havuçları, kabakları ve brokolileri doğrayın ve kızartın.

1 paket Kotányi Chiang Mai köri harcı, hindistancevizi sütünü ekleyin. Ispanak ile çırparak 10 dakika kısık ateşte üstünü kapatmadan pişirin.

Not: Yumurta şehriyesi ile servis etmenizi tavsiye ederiz.