

(odc.41) zupa z owoców morza

Przepis z programu [Przekrety Jamiego Olivera](#) (odc.41)

trudność: **trudne**

Składniki

4 łyżki stołowe oleju kokosowego
3 łyżeczki nasion czarnej горчицы
garść liści curry
2 łyżeczki kminu włoskiego
1 łyżeczka przyprawy garam masala
kawałek świeżego imbiru
nieco sproszkowanej chilli
kilka papryczek chilli
nieco kurkumy
8 ząbków czosnku
2 cebule
2 garści ryżu basmati
2 szklanki wody
kilka kawałków pioszka lub innej, białej ryby
kilka kawałków barweny
kilka kawałków albakory
garść sercówek lub innych skorupiaków
kilka świeżych krewetek
[mleko kokosowe](#) 🛒
sól
sok z limonki



Przygotowanie

W dużym rondli rozgrzać olej kokosowy. Dorzucać kolejno przyprawy, każdą smażyć przez chwilę. Zacząć od nasion czarnej горчицы. Następnie dodać liście curry, kmin włoski w całości, garam masalę, sproszkowane chilli, kurkumę, posiekane papryczki chilli, drobno starty imbir, czosnek pokrojony w cienkie plasterki i drobno pokrojoną cebulę. Zwiększyć ogień, wsypać ryż, wlać wodę. Wymieszać i gotować przez 5 minut. Na wierzchu ułożyć ostrożnie kawałki ryb, jeden gatunek na drugim. Najpierw pioszka, potem barwenę i na końcu albakorę. Na wierzchu ryb ułożyć sercówki i dorzucić kilka krewetek. Wsypać sól, doprowadzić całość do wrzenia. Nakryć pokrywką i zmniejszyć płomień. Zupa powinna się tak gotować przez kwadrans. Gdy porcje ryb rozpadają się na kawałki, należy je rozdrobnić. Zmniejszyć ogień i dolać mleko kokosowe. Dokładnie wymieszać, znów doprowadzić do wrzenia. Spróbować, w razie potrzeby dodać trochę soku z limonki i nieco soli. Podawać.

© Jamie Oliver