Kheer de riz pourpre

Kalyan et Anita Paul

Pan Himalayan Grassroots Development

Kalyan et Anita Paul sont co fondateur de la fondation « Pan Himalayan Grassroots Development », une organisation bénévole qui gère des programmes d'agroécologie dans des régions de montagnes. Tous deux sont diplômés en économie et en travail social.
Ils sont présents à l'Arène Gourmande sur l'initiative de l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO).
www.grassrootsindia.com

INGRÉDIENTS

Ingrédients pour 8 personnes

1 tasse de riz pourpre
2 litres de lait entier
1 tasse de sucre (ou à votre goût)
½ cuillère à thé de cardamome en poudre
env. 14 noix de cajou (pour la garniture)
Raisins secs

PRÉPARATION

Le samedi 2 décembre à 12h30 à l'Arène Gourmande, Kalyan et Anita présenteront différentes manières de cuire le riz indien.

Ils prépareront un pudding à base de riz gluant violet, qui est un plat traditionnel des beaucoup de régions de montagne.

Ils cuisineront également un riz rose à la vapeur, un accompagnement idéal pour un curry de bœuf, de porc ou de poulet.

Préparation : 10 minutes

Temps de cuisson : 20 minutes

PARTENAIRES DE L'ARÈNE GOURMANDE

Kheer de riz pourpre

Pour 8 couverts

Laver le riz et le faire tremper 3 à 4 heures
Chauffer le lait jusqu'à ébullition
Egoutter le riz et l'ajouter gentiment au lait
Cuire à feu moyen, brasser de temps en temps jusqu'à ce que le riz soit cuit. Le Kheer prend une consistance épaisse.
Ajouter le sucre, la cardamome et les raisins. Continuer à brasser jusqu'à ce que le sucre soit dissout et que la consistance souhaitée soit atteinte.
Le Kheer épaissit encore en refroidissant. Il faut alors peut-être ajouter un peu de lait.
Enlever de la plaque et garnir à souhait avec des noix de cajou légèrement grillées.
Servir chaud ou froid, selon votre préférence.

Bonne dégustation !

PARTENAIRES DE L'ARÈNE GOURMANDE