

### Chilli z fasoli kidney i słodkich ziemniaków

Ciekawe połączenie kompletnie niepasujących do siebie smaków fasoli i słodkich batatów. Polecam, bo ciekawe w smaku. Dominuje tutaj słodkość ziemniaków, ale też zapach kminu rzymskiego. Warto spróbować. A zapach liści kafiru dodaje limonkowego aromatu.

Wykonanie zdjęcia. Czasami jest tak, że wszystko się udaje i efekt jest dokładnie taki jaki sobie założyliśmy. Tak było w podczas wykonywania tego zdjęcia. Pierwsze ujęcie i pomyślałam sobie: mam to. Dobra ostrość, dobre światło, głębia ostrości też jest ok. Więc w tym ujęciu uchwyciłam to, co chciałam. By lepiej widać było słodkie ziemniaki i ich lekko pomarańczowy odcień, umieściłam je miseczce zaraz po wyjęciu z piekarnika. Jak widać nie żałowałam też przypraw:) Świeżymi liśćmi kafiru udekorowałam czubek czili. Dzięki temu uzyskałam kilka kontrastujących barw: zieleń liści i pomarańcz ziemniaków. Aparat: sony ILCE-7, ogniskowa 90 mm, F/4,5, 1/3 s, naświetlenie skok +1. I taki oto efekt.



**Składniki na 3 porcje:**

- 10 liści kafiru,
- 2 łyżki oleju rzepakowego rafinowanego,
- olej rzepakowy,
- 1 czerwona cebula,
- sól i pieprz do smaku,
- tymianek i rozmaryn do smaku,

- 1 czerwona papryczka chilli,
- 1 łyżeczka kminu rzymskiego,
- 2 puszki czerwonej fasoli kidney,
- 2 duże słodkie ziemniaki,
- 2 ząbki czosnku,
- sok pomidorowy około 500 ml

#### **Przygotowanie:**

1. Dzień wcześniej namocz liście kafiru w oleju rzepakowym i wymieszaj z rozgniecionymi ząbkami czosnku,
2. Fasolę wraz z sokiem z puszki połącz z posiekaną papryczką chili, kminem rzymskim, sokiem pomidorowym. Dopraw solą i pieprzem. Wlej liście kafiru wraz z olejem i czosnkiem. Dokładnie wymieszaj.
3. Cebulę zeszklij na patelni w niewielkiej ilości oleju rzepakowego. Wmieszaj do fasoli.
4. Obierz ziemniaki i posiekaj w grube plastry. Dopraw solą, pieprzem, rozmarynem i tymiankiem. Skrop lekko olejem i wymieszaj dokładnie.
5. Ziemniaki wyłóż na blachę do pieczenia i piecz około godziny w temperaturze 175 stopni. Fasolę piecz równolegle w tej samej temperaturze i również przez godzinę. Jeśli fasola będzie za gęsta, dodaj więcej soku pomidorowego.
6. Po upieczeniu delikatnie wmieszaj ziemniaki do fasoli i usuń liście kafiru.
7. Smacznego!



*manufakturaciastek.pl i nie tylko*