

16 Φεβρουαρίου 2014

Εξωτική σούπα με ψητή κολοκύθα, γαρίδες και καρύδα

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Φωτογραφίες: Γιώργος Δρακόπουλος

Μια εύκολη συνταγή με εξωτικά υλικά και χαρακτήρα.

από την **Τίνα Webb**

40 λεπτά ΕΥΚΟΛΟ

Υλικά για 4 άτομα:

500γρ. κολοκύθα

1 κουτ. σούπας φρέσκια λουίζα ψιλοκομμένη ή 1 κουτ. γλυκού ξερή

400ml γάλα καρύδας

500ml ζωμό λαχανικών

400γρ. γαρίδες μεγάλες

χυμό από 1 λάιμ

6 κουτ. γλυκού κάρι

1 πιπερίτσα κόκκινη, καυτερή, ψιλοκομμένη

1 κουτ. σούπας βασιλικό ψιλοκομμένο

Καθαρίζετε την κολοκύθα από τους σπόρους και τη φλούδα και την κόβετε σε κύβους 1 εκ.

Λαδώνετε ένα ταψί, απλώνετε την κολοκύθα, την αλατοπιπερώνετε και την πασπαλίζετε με τη λουίζα. Ψήνετε σε προθερμασμένο φούρνο 180°C για 20 λεπτά μέχρι να μαλακώσει.

Ρίχνετε το γάλα καρύδας, το ζωμό λαχανικών και το κάρι σε ένα wok και σιγοβράζετε για 5 λεπτά μέχρι να διαλυθεί καλά το κάρι.

Προσθέτετε τις γαρίδες και την κολοκύθα και σιγοβράζετε για 10-12 λεπτά.

Ρίχνετε το χυμό λάιμ και τον ψιλοκομμένο βασιλικό και σερβίρετε το φαγητό σε βαθιά μπολ.

Πηγή: protothema.gr