

Cocina Afgana

con Nadia Ghulam



MENÚ VEGETARIANO

Palau: Arroz al vapor con caldo de verduras y comino. Es el plato más común de Kabul.



Sapzi Palak: Espinacas con puerro, ajo y aceite de oliva, preparado al estilo de Kabul. (plato primaveral)



Lubia Masala: Alubias rojas con salsa de tomate, cebolla, ajo y especias.



Té negro con cardamomo y limón: Bebida común en Afganistán. Es muy digestiva y combina muy bien con esta comida.

