

Champignon-Curry mit Süßkartoffeln

Quelle: <https://www.womenshealth.de/food/gesunde-ernaehrung/50-vegetarische-rezepte/#34>

Zutaten (2 Portionen)

- 300 g Champignon(s)
- 1 mittelgroße(s) rote Zwiebel
- 1 Handvoll Cashewnüsse
- 300 ml Kokosmilch
- 1 TL Currypaste (rote)
- 1 Msp. Kreuzkümmel (alternativ Chilipulver)
- Salz
- 1 mittelgroße(s) Süßkartoffel(n)
- 2 EL Erdnussöl

Zubereitung

1. Rote Zwiebeln achteln, mit den Champignons in einem erhitzten Topf anbraten und Cashewnüsse dazu geben.
2. Dann mit Kokosmilch ablöschen, mit Salz, Chiligewürz oder Kreuzkümmel und roter Currypaste abschmecken, 15 Minuten köcheln lassen und beiseite stellen.
3. Süßkartoffeln schälen und in gleichmäßige Scheiben schneiden (fingerdick), in Erdnussöl in einer Pfanne anbraten und mit Salz und schwarzen Sesam würzen.
4. Curry und Süßkartoffeln auf einem Teller anrichten.

From:

<https://doku.phlatts.de/> - **David's Wiki**

Permanent link:

https://doku.phlatts.de/doku.php?id=kochen:champignon-curry_mit_suesskartoffeln

Last update: **2020/09/29 12:01**

