

Thai Curry (rot)

Zutaten

- 150g Reis (2 Portionen)
- 100g Pilze - braune Champignons / Austernpilze
- 200g Broccoli
- 1x Paprika
- 1x große Karotten
- 100g Buschbohnen
- 1x Ingwer - Daumenkuppen groß
- 2x Knoblauchzehe
- 1/2 rote Zwieben
- 50g Cashewnüsse
- 250ml Kokosmilch
- 200ml gehackte Tomaten
- 1x TL Tomatenmark
- 1x Limette (Saft)
- 1-2x TL gelbe Curtypaste
- Chilischote
- Rote Curtypaste

Zubereitung

Reis:

1. Reis Waschen
2. In 300ml Wasser inkl einem Teelöffel Gemüsebrühe und Salz kochen bis das Wasser verdampft ist.
3. Anschließend auflockern. Den Saft einer halben Limette ausdrücken und die Limette dazulegen.
4. Deckel drauf und auf der noch heißen Herdplatte ruhen lassen

*bevor serviert wird Limette entfernen und Reis nochmals lockern / umrühren.

Curry:

1. Champignons vierteln / halbieren
 2. Karotte schälen und in Scheiben schneiden
 3. Enden der Buschbohnen abschneiden und halbieren
 4. Paprika in großzügige Würfel schneiden
 5. Broccoliröschen auslösen. Ggf. halbieren
 6. Zwiebel halbieren, schälen und in Streifen schneiden
 7. Ingwer und Knoblauch fein hacken
-
1. Ingwer, Knoblauch und Zwiebeln andünsten
 2. Pilze, Broccoli, Paprika, Karotte und Buschbohnen hinzugeben und kurz mitdünsten
 3. Curtypaste und Tomatenmark dazu geben

4. Mit Kokosmilch und den gehackten Tomaten ablöschen
5. Kurz aufkochen lassen
6. Hitze reduzieren (Stufe 3-4) und ca. 10 Minuten köcheln lassen.
7. Währenddessen Cashewkerne anrösten
8. Limettensaft ausdrücken und noch etwas köcheln lassen.

*Beim servieren mit Cashewkernen und Chilistreifen bestreuen.

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



Permanent link:

https://doku.phlatts.de/doku.php?id=kochen:thai_curry_rot&rev=1592830744

Last update: **2020/06/22 12:59**