



Garnelen-Gemüse-Curry indonesische Art

serviert mit Jasminreis und Limette



ca. 30min



2 Personen

Wer an schönen Sommertagen bis spät in der Arbeit schwitzt, sollte sich mit diesem köstlichen Curry etwas indonesische Sonne in die Küche holen. In unserer selbst gezauberten Currypaste mit namhaften Zutaten wie Zitronengras, Chili und Schalotten garen zarte Garnelen mit Paprika und Tomaten zu einem duftenden Schmaus heran, der fast so guttut wie eine Aromatherapie auf Bali!

- 1 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Stück Ingwer
- 1 rote Peperoni
- 1 Zitronengrasstange
- 2 Tomaten
- 1 unbehandelte Limette
- 150g Jasminreis
- 1 Dose Tomatenmark
- 1 grüne Paprika
- 1 Packung Garnelen, aufgetaut

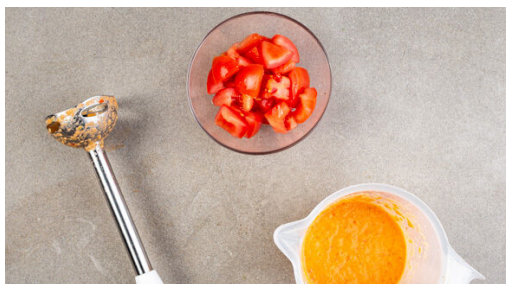
2

- 50ml Sweet-Chili-Sauce

- Salz
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

- kleiner Topf mit Deckel
- mittelgroße Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Küchenreibe
- Messbecher
- Sieb

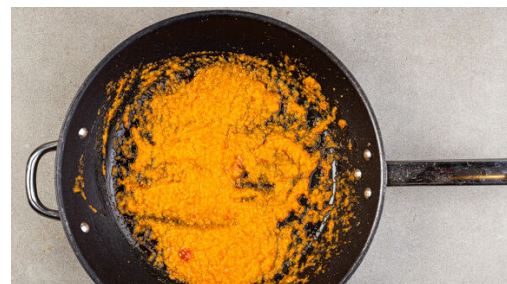
Energie 726kcal, Fett 24.1g,
Kohlenhydrate 103.3g, Eiweiß 24.1g



Die **Schalotte** und den **Knoblauch** schälen und grob würfeln. Die **1/2 des Ingwers** grob würfeln. Die **Peperoni** entkernen und grob würfeln. Das **Zitronengras** und die **Tomaten** grob würfeln. Die **Limettenschale** abreiben. Ca. **1/4 der Tomaten** mit den **übrigen Zutaten** in ein hohes Gefäß geben und mit 1EL Pflanzenöl, 1EL hellem Essig, 1TL Zucker und 1/2 TL Salz pürieren.



Den **Reis** in einem Sieb kalt abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Sobald das Wasser kocht, den **Reis** hineingeben und abgedeckt bei niedrigster Hitze 10-12Min. kochen, bis das Wasser aufgesogen und der **Reis** gar ist. Noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr ziehen lassen.



In einem kleinen Topf 300ml leicht gesalzenes Wasser für den **Reis** zum Kochen bringen. Die **Currypaste** und das **Tomatenmark** in einer mittelgroßen Pfanne oder einem Wok mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze ca. 5Min. sanft anbraten.



Die **Garnelen** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen und mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen, in die Pfanne zu dem **Curry** geben und in ca. 3Min. gar köcheln. Inzwischen die **Limette** in Spalten schneiden.



Die **Paprika** vierteln, entkernen, in 1-2cm große Würfel schneiden und mit den **übrigen Tomaten** kurz in der Pfanne mitbraten. Das **Gemüse** mit 250ml Wasser ablöschen und das **Curry** bei niedriger Hitze 12-15Min. einköcheln lassen.



Das **Curry** mit der **1/2 der Sweet-Chili-Sauce** und Salz nach Geschmack verfeinern. Den **Reis** auf Teller verteilen, das **Curry** darauf anrichten und mit den **Limettenspalten** servieren.