



Vegetarisches Thai-Curry

mit Kaiserschoten und Jasminreis



20-30min



3-4 Personen

Wir haben mal wieder etwas ganz besonders Köstliches für dich gezaubert: Unser klassisches gelbes Thai-Curry ist nicht nur superschnell zubereitet, es ist auch noch vollgepackt mit buntem Asiagemüse, und die Peperoni bringt den Kreislauf so richtig schön in Schwung. Schnapp dir ein paar Stäbchen und es kann losgehen!

- 2 Karotten
- 300g Kaiserschoten
- 300g Jasminreis
- 400ml Kokosmilch
- 1 Päckchen gelbe Currypaste
- 1 unbehandelte Limette
- 10g Koriander
- 1 grüne Peperoni
- 100g Babyspinat

- Salz und Pfeffer
- Zucker

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- große Pfanne
- Messbecher
- Zitruspresse
- Sieb

Allergene
Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Energie 538kcal, Fett 18.7g,
Kohlenhydrate 79.3g, Eiweiß 10.8g



Die **Karotten** ggf. schälen und schräg in dünne Scheiben schneiden. Die **Kaiserschoten** ggf. von holzigen Enden befreien und schräg halbieren.



In einem mittelgroßen Topf 600ml leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Den **Reis** unter fließendem Wasser abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Den **Reis** in das kochende Wasser geben und bei niedrigster Hitze abgedeckt 10-12Min. kochen, bis das Wasser aufgesogen und der **Reis** bissfest ist. Noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr abgedeckt ziehen lassen.



Die **Kokosmilch** in einer großen Pfanne zum Kochen bringen und die **1/2 der Currypaste** unter Rühren darin auflösen. **Tipp:** Je nach Schärfewunsch kann man einfach mehr oder auch weniger **Currypaste** verwenden.



Die **Karotten** mit in die Pfanne geben und das **Curry** ca. 5Min. köcheln lassen.



Die **Limette** halbieren und **eine Hälfte** auspressen, die **andere Hälfte** in Spalten schneiden. Die **Korianderblätter** von den Stängeln zupfen und grob schneiden. Die **Korianderstängel** fein schneiden. Die **Peperoni** in feine Scheiben schneiden. **Tipp:** Wer es weniger scharf mag, entfernt die **Kerne** oder verwendet ggf. nicht die ganze **Peperoni**.



Die **Kaiserschoten**, die **Korianderstängel** und den **Spinat** zum **Curry** geben und das **Curry** weitere 3-5Min. köcheln lassen. Nach Wunsch 50-100ml Wasser hinzugeben. Das **Curry** mit **1-2EL Limettensaft** sowie Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken. Mit dem **Reis** anrichten und mit den **Limettenspalten**, den **Korianderblättern** und der **Peperoni** garniert servieren.