



## Asiatisches Garnelen-Laksa

mit Reisbandnudeln

20-30Min. 3-4 Personen

So schmeckt Südostasien! Laksa ist ein Suppengericht, das ursprünglich aus Malaysia und Singapur stammt. In der Basis besteht es aus Kokosmilch und scharfen Gewürzen, dazu kann es geben: sättigende Reisbandnudeln, knackiges Gemüse und zarte Garnelen. Das kitzelt Nase und Geschmacksknospen gleichermaßen und beugt jeder Erkältung vor. Guten Appetit!

## Was du von uns bekommst

- 1 Packung grüne Bohnen
- 1 Gemüsebrühwürfel <sup>9</sup>
- 500ml Kokosmilch
- 2 rote Paprika
- 1 Packung weiße Champignons
- frisches Thai-Basilikum
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Stück frischer Ingwer
- 1 Päckchen rote Curtypaste
- 400g Reisbandnudeln
- 2 Packungen Garnelen <sup>2</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- Pflanzenöl
- Salz

## Küchenutensilien

- großer Kochtopf
- Küchenreibe
- Messbecher
- mittlerer Kochtopf
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

## Kochtipp

Die restliche Curtypaste lässt sich einfrieren und für weitere Rezepte nutzen! Meist reicht 1TL der Paste schon aus, um einen angenehmen Schärfegrad zu erreichen.

## Allergene

Krebstiere (2), Sellerie (9). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 720.0kcal, Fett 32.5g, Eiweiß 28.7g, Kohlenhydrate 73.5g



### 1. Ingwer hacken

In einem mittelgroßen Topf ausreichend leicht gesalzenes Wasser für die **Reisbandnudeln** zum Kochen bringen. Inzwischen den **Ingwer** und den **Knoblauch** schälen, fein reiben oder sehr fein hacken und miteinander vermischen.

**Tipp:** Der **Ingwer** lässt sich am besten mit einem kleinen Löffel schälen.



### 2. Paprika schneiden

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in feine Streifen schneiden. Die **Pilze** ggf. mit einer Bürste oder Küchenkrepp säubern und je nach Größe halbieren oder vierteln.



### 3. Bohnen schneiden

Die Enden der **Bohnen** abschneiden und die **Bohnen** in ca. 2-3cm lange Stücke schneiden.



### 4. Nudeln kochen

Sobald das Wasser kocht, ca. **2/3 der Nudeln** hineingeben und in 8-10Min ohne Hitzezufuhr gar ziehen lassen. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. **Tipp:** Wer großen Hunger hat, kann auch die gesamte Menge **Nudeln** zubereiten.



### 5. Laksa ansetzen

Inzwischen in einem großen Topf 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze erwärmen. Die **Ingwer-Knoblauch-Paste** und **je nach Schärfewunsch ca. 1/3 der Curtypaste oder mehr** kurz im Topf mit dem Öl verrühren und sofort mit der **Kokosmilch** und 400ml Wasser ablöschen. Den **Brühwürfel** darin auflösen und alles einmal aufkochen lassen.



### 6. Laksa fertigstellen

Die **Paprika**, die **Pilze** und die **Bohnen** hinzugeben und ca. 6-7Min. in der **Suppe** sanft köcheln lassen. Dann die **Garnelen** unterrühren und weitere 3-4Min. köcheln. Mit Salz abschmecken. Die **Nudeln** kurz vor dem Servieren unterrühren, die **Suppe** ggf. mit 200ml Wasser verdünnen und mit **zerzupften Thai-Basilikumblättern** bestreut servieren.