



Cremiges Gemüse-Korma-Curry

mit Basmatireis und Mandelblättchen



30-40min



3-4 Personen

Dieses curryartige Schmorgericht hat seine Wurzeln in der Küche der Moguln des heutigen Indien und Pakistan. Das Gemüse wird zunächst bei starker Hitze scharf angebraten und dann langsam mit Korma-Currypaste in cremiger Kokosmilch gegart. Geröstete Mandelblättchen für den knusprigen Feinschliff und leckerer Basmatireis vervollständigt die köstliche Mahlzeit.

- 300g Bio-Basmatireis
- 2 Karotten
- 150g Kaiserschoten
- 1 Dose Kichererbsen
- 50g Mandelblättchen ¹
- 400ml Kokosmilch
- 1 Packung Korma-Currypaste
- 3 Tomaten

- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

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

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 761kcal, Fett 35.6g,
Kohlenhydrate 88.3g, Eiweiß 17.0g



1. Reis kochen

4. Gemüse anbraten

2. Gemüse vorbereiten

2. Gemüse vorbereiten

5. Curry fertigstellen



3. Mandeln anrösten

3. Mandeln anrösten

6. Tomaten schneiden

Die **Tomaten** in kleine Würfel schneiden, dabei den Strunk entfernen. Das **Gemüse-Korma-Curry** mit dem **Reis** anrichten und mit den **Tomatenwürfeln** und den **Mandelblättchen** garniert servieren.