



Pikante Curry-Reisbällchen

mit Kokos-Gemüse und Limette



30-40min



2 Personen

Diese köstlichen Reisbällchen erinnern an italienische Arancini und werden wie diese aus gekochtem Reis zubereitet. Hier enden aber auch schon die Gemeinsamkeiten, denn der mit asiatischer Currypaste verfeinerte Reis und das begleitende cremige Kokos-Gemüse-Curry verweisen ganz schnell in eine ganz andere Richtung. Limettensaft und frischer Koriander sorgen für den kulinarischen Feinschliff.

Was du von uns bekommst

- 150g Jasminreis
- 1 rote Zwiebel
- 1 Karotte
- 1 Packung Babyspinat
- 1 Packung Champignons
- 1 Stück frischer Ingwer
- 1 Packung rote Currypaste
- 250ml Kokosmilch
- 1 unbehandelte Limette
- 10g frischer Koriander
- 1 Päckchen Sojasauce ^{1,6}

Was du zu Hause benötigst

- 1EL Weizenmehl ¹
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- mittelgroßer Kochtopf mit Deckel
- mittelgroßer Kochtopf
- große, beschichtete Pfanne
- Sparschäler
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (6). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 893kcal, Fett 54.7g, Kohlenhydrate 76.3g, Eiweiß 19.2g



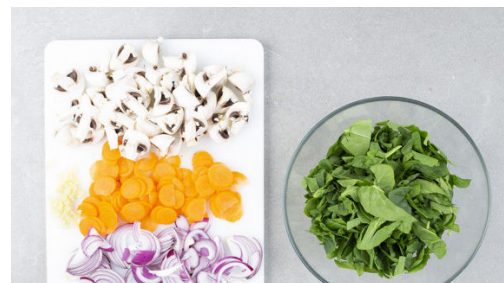
1. Reis kochen

In einem mittelgroßen Topf 300ml leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Den **Reis** in einem Sieb unter fließendem Wasser 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.



4. Reisbällchen formen

Den gegarten **Reis** in einem Sieb mit kaltem Wasser abschrecken, dann in einer Schüssel mit **1-2TL Currypaste** und 1EL Mehl gut vermengen. Mit einem Esslöffel Portionen abstechen und den **Reis** mit befeuchteten Händen zu kleinen **Bällchen** formen. Die **Reisbällchen** leicht flach drücken.



2. Gemüse vorbereiten

Die **Zwiebel** halbieren, schälen und in feine Streifen schneiden. Die **Karotte** schälen und in dünne Scheiben schneiden. Den **Spinat** ggf. verlesen und grobe Stiele entfernen, dann in ca. 1cm breite Streifen schneiden. Die **Pilze** ggf. mit etwas Küchenkrepp oder einer Bürste säubern und vierteln. Den **Ingwer** schälen und fein würfeln.



5. Reisbällchen braten

In einer großen beschichteten Pfanne 5-6EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze erwärmen und die **Reisbällchen** darin portionsweise ca. 3Min. knusprig anbraten, dann vorsichtig wenden und weitere 3Min. braten, bis auch die zweite Seite knusprig ist. Bei Bedarf etwas Öl nachgießen. Die **Limette** in Spalten schneiden.



3. Sauce ansetzen

Die **Zwiebeln** in einem zweiten mittelgroßen Topf mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze 1-2Min. glasig andünsten. Den **Ingwer** dazugeben und 2Min. mitbraten, dann die **Karotten** und **1-2TL Currypaste** hinzugeben und ca. 1Min. mitrösten. Mit der **Kokosmilch** ablöschen und alles 15-20Min. köcheln. Die **Pilze** nach der Hälfte der Kochzeit dazugeben. Den **Spinat** am Ende unterheben.



6. Koriander hacken

Die **Korianderblätter** von den Stängeln zupfen und grob schneiden. Das **Curry** mit **Limettensaft aus den Limettenspalten** und der **Sojasauce** abschmecken und ggf. mit Salz und Pfeffer nachwürzen. Die **Reisbällchen** auf dem **Kokos-Gemüse** anrichten und mit dem **Koriander** garniert servieren. Die **restlichen Limettenspalten** dazu reichen.