



Veganes Rendang-Curry mit Gulasch

dazu Kokos-Curry-Reis und Rotkohlsalat



ca. 30min



4 Portionen

Rendang ist ein indonesisches Schmorgericht, das mit duftenden Gewürzen und Kokosnoten betört. Unsere vegane Variante mit pflanzenbasiertem Gulasch wird dich ebenfalls in kulinarische Hochstimmung versetzen, wenn du es auf in Kokosmilch und Currygewürz gekochtem Basmati verkostest. Ein limettiger Rotkohlsalat mit Karotte bringt spritzigen Kontrast und leuchtende Farben ins Spiel. Bezaubernd wie ein Spaziergang im Regenwald!

Was du von uns bekommst

- 400ml Kokosmilch
- 300g Bio-Basmatireis
- 1 Pck. Madras-Currypulver ²
- 2 unbehandelte Limetten
- 2 Stücke Rotkohl
- 2 Karotten
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Pck. veganes Rindergulasch ^{1,3}
- 2 Pck. indonesische Gewürzmischung
- 2 Pck. Röstzwiebeln ¹

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- großer Topf
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

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

Allergene

Gluten (1), Senf (2), Sojabohnen (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

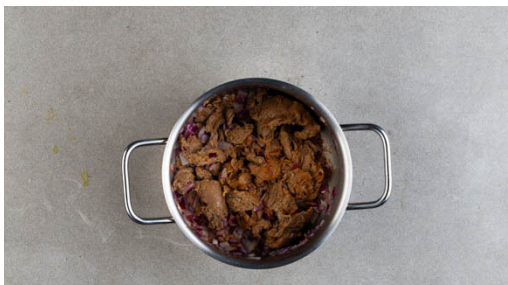
Nährwertangaben pro Portion

Energie 919kcal, Fett 41.3g, Kohlenhydrate 97.3g, Eiweiß 33.6g



1. Reis kochen

In einem mittelgroßen Topf **200ml Kokosmilch** mit 400ml Wasser aufkochen. Den **Reis** in einem Sieb kalt abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Sobald das Wasser kocht, den **Reis** mit dem **Currypulver** und ½TL Salz hineingeben und abgedeckt bei niedrigster Hitze 12-14Min. kochen, bis das Wasser aufgesogen und der **Reis** gar ist. Ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr ziehen lassen.



4. Rindergulasch anbraten

Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und fein würfeln. 1EL Pflanzenöl in einem großen Topf erhitzen. Das **vegane Rindergulasch ohne Sauce** in den Topf geben, die **Zwiebelwürfel** hinzufügen und bei mittlerer Hitze ca. 3Min. anbraten. Die **Gewürzmischung** einrühren und ca. 1Min. mitbraten.



2. Dressing anrühren

Die **Limettenschalen** fein abreiben, dann die **Limetten** halbieren und auspressen. Die **Limettenschale**, den **Limettensaft**, 4EL hellen Essig, 4TL Zucker und 1TL Salz gut verrühren.



5. Sauce kochen

Die **restliche Kokosmilch** und die **Rindergulasch-Sauce** mit 100ml Wasser in den Topf gießen und unter Rühren aufkochen. Bei mittlerer Hitze 5-7Min. köcheln lassen und ggf. löffelweise Wasser zugeben, falls die **Sauce** zu dickflüssig ist.



3. Salat zubereiten

Den **Rotkohl** in feine Streifen schneiden. Die **Karotten** ggf. schälen und grob raspeln. Dann mit dem **Rotkohl** und dem **Dressing** vermengen und das **Gemüse** 1-2Min. gut durchkneten, damit es weich wird. Dabei am besten Küchenhandschuhe tragen.



6. Anrichten und servieren

Den **Reis** auf Teller verteilen und das **Curry** darauf anrichten. Mit den **Röstzwiebeln** garnieren und mit dem **Rotkohlsalat** servieren.