



Asiatische Paprika-Curry-Suppe

mit frischem Koriander und gebratenem Reis



ca. 30min



4 Portionen

Der Sommer ist auf unserem Teller angekommen! Diese sonnige Suppe mit gelber Paprika ist perfekt für alle, die sich nach einem Asienurlaub sehnen. Für die Cremigkeit unserer Köstlichkeit sorgt Kokosmilch, für die Würze aromatische Currypaste, getoppt wird mit knusprigem Reis. Und der frische Koriander bringt nicht nur optischen Genuss ... Wir treffen uns dann am Strand, ja?

- 150g Bio-Basmatireis
- 3 Paprika
- 2 Karotten
- 20g Koriander
- 1 Pck. gelbe Currypaste
- 400ml Kokosmilch

- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl
- Essig

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

Kochtipp

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 449kcal, Fett 26.3g,
Kohlenhydrate 42.5g, Eiweiß 7.3g



In einem kleinen Topf 300ml leicht gesalzenes Wasser für den **Reis** zum Kochen bringen. Die **Paprika** vierteln, entkernen und grob in Stücke schneiden. Die **Karotten** ggf. schälen, halbieren und in ca. 1,5cm dicke Scheiben schneiden. Die **Korianderblätter** abzupfen und grob schneiden, die **Stängel** aufbewahren.



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 12-14Min. kochen, bis das Wasser aufgesogen und der **Reis** gar ist. Noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr ziehen lassen.



Die **Paprika** und die **Karotten** in einem großen Topf mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze ca. 3Min. anbraten. Die **Korianderstängel** zugeben, die **Currypaste** untermischen und ca. 1Min. mitbraten. Mit der **Kokosmilch** ablöschen und abgedeckt ca. 10Min. köcheln lassen, bis das **Gemüse** weich ist.



Die **Suppe** mit einem Stabmixer glatt pürieren, ggf. esslöffelweise Wasser zugeben. 4TL Essig unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Den **Reis** in einer großen Pfanne mit 1 EL Pflanzenöl bei starker Hitze knusprig anbraten und nach Geschmack mit Salz würzen. Den gebratenen **Reis** auf der **Suppe** anrichten und mit **Koriander** garniert servieren.



Unser Reis ist weiß – na ja, immerhin wurde er gebraten, so gaaaaanz weiß dürfte er also nicht mehr sein. Farbige ohne Anbraten sind zum Beispiel Sonnenblumenkerne, Leinsamen, Walnüsse und Ähnliches. Wer davon etwas loswerden will, hat heute und mit dieser köstlichen Suppe die Gelegenheit. Einfach zwischen die Reiskörner schmuggeln ...

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an.    **#marleyspooning**