



Gemüsecurry mit Kokos-Erdnuss-Sauce

und duftendem Jasminreis



20-30min



2 Personen

Verrückt nach Satay? Liebst du Curry? Unsere Köchin Amanda hat beides in einem unwiderstehlich würzigen Satay-Curry vereint! Der köstliche Geschmack kommt vom duftenden Madras-Currypulver, dem goldenen Stolz der indischen Küche. Das feine Gemüsegericht mit Paprika und Champignons und einer cremigen Kokosmilchsauce mit Erdnussbutter ist außerdem blitzschnell zubereitet und wird mit Erdnüssen bestreut serviert. Perfekt!

- 200g Jasminreis
- 10g frischer Koriander
- 1 Knoblauchzehe
- 1 rote Paprika
- 1 Packung Champignons
- 1 Päckchen Madras-Currypulver

- Energie 902kcal, Fett 45.8g,
Kohlenhydrate 92.2g, Eiweiß 26.0g



In einem mittelgroßen Topf 400ml 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.



Die **Erdnussbutter** und **2EL Kokosmilch** zum **Gemüse** in die Pfanne geben und rühren, bis sich die **Erdnussbutter** aufgelöst hat. Dann die **restliche Kokosmilch, 1EL Sojasauce** und 80ml Wasser angießen und das **Curry** bei niedriger Hitze 4-5Min. sanft köcheln lassen, bis das **Gemüse** gar ist.



Die **Korianderblätter** abzupfen und fein schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.



Das **Curry** mit ca. **2/3 des Korianders** und 1TL Zucker verfeinern und nach Geschmack mit der **restlichen Sojasauce** oder Salz nachwürzen.



Die **Paprika** vierteln, entkernen und in dünne Streifen schneiden. Die **Champignons** ggf. mit etwas Küchenkrepp oder einer Bürste säubern und in Scheiben schneiden. Den **Knoblauch** in einer großen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze ca. 30Sek. anbraten. Die **Paprika**, die **Pilze** und das **Currypulver** dazugeben und 2-3Min. braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.



Das **Curry** mit dem **Reis** anrichten, mit dem **restlichen Koriander** und den **Erdnüssen** garnieren und servieren.