



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.

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

- 1-2EL Weizenmehl ¹
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Pflanzenöl

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Topf mit Deckel
- große Pfanne
- Sparschäler
- Messbecher
- Sieb

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

Energie 750kcal, Fett 37.0g,
Kohlenhydrate 89.5g, Eiweiß 17.3g



Den Backofen auf 240°C (Umluft 220°C) vorheizen. In einem mittleren Topf 300ml leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Den **Reis** in einem Sieb unter fließendem Wasser abspülen, bis das Wasser klar bleibt, dann in das kochende Wasser geben und abgedeckt bei niedrigster Hitze 10-12Min. kochen, bis das Wasser aufgesogen und der **Reis** gar ist. Noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr ziehen lassen.



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



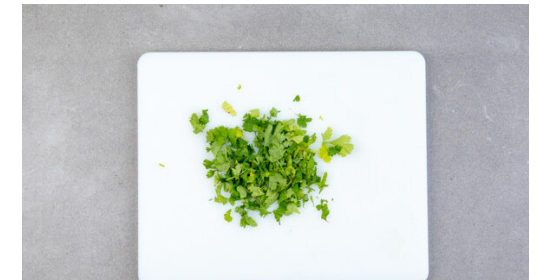
Den **Schwarzkohl** von dicken Strünken befreien und die **Blätter** in ca. 1cm breite Streifen schneiden. Die **Pilze** ggf. säubern und vierteln. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den **Ingwer** schälen und fein würfeln. Die **Karotte** schälen und in dünne Scheiben schneiden.



Die **Reisbällchen** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1-2TL Pflanzenöl beträufeln und ca. 10Min. im Ofen knusprig und goldbraun backen. Nach der Hälfte der Zeit die **Reisbällchen** wenden.



Die **Zwiebeln** in einer großen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze 1-2Min. glasig anbraten. 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** und den **Schwarzkohl** nach der Hälfte der Kochzeit dazugeben.



Die **Korianderblätter** abzupfen und grob schneiden. Die **Limette** in Spalten schneiden. Das **Curry** mit **Limettensaft aus den Spalten**, der **1/2 der Sojasauce** sowie ggf. Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Reisbällchen** auf dem **Curry** anrichten und mit dem **Koriander** garniert servieren. Die **restlichen Limettenspalten** dazu reichen.