



Veganes Auberginen-Tofu-Curry

mit Mandel-Peperoni-Öl und Reis



ca. 30min



3-4 Personen

Wir hier bei Marley Spoon sind ja große Curry-Enthusiasten. Und besonders unsere Köchin Tamara ist eine wahre Curryphäe, wenn es um die indisch inspirierte Küche geht! Auch heute begeistert sie uns - und ganz sicher auch dich! - mit einem veganen Korma mit saftiger Aubergine, knusprigem Tofu und cremiger Kokosmilch. Dazu ein raffiniertes Mandel-Peperoni-Öl als feuriges Topping, und schon singen die Geschmacksknospen! Lecker!

- 3 Auberginen
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Packungen Tofuwürfel ⁶
- 400g Basmatireis
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Packungen Korma-Currypaste
- 400ml Kokosmilch
- 1 rote Peperoni
- 100g blanchierte Mandeln ¹⁵

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- 2 große Pfannen
- Messbecher
- Sieb

Ggf. übriges Würzöl einfach für das nächste Curry oder ein anderes Pfannengericht verwenden.

Sojabohnen (6), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 930kcal, Fett 46.9g,
Kohlenhydrate 104.5g, Eiweiß 22.8g



In einem mittelgroßen Topf 800ml leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Die **Auberginen** längs vierteln und in 1-2cm dicke Scheiben schneiden. Den **Knoblauch** schälen und grob würfeln. Die **Tofuwürfel** trocken tupfen, mit 1-2TL Pflanzenöl, 1 kräftigen Prise Salz und der **1/2 des Knoblauchs** vermengen und ziehen lassen.



Den **Tofu** in einer großen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze rundum 4–6Min. goldbraun anbraten. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen, die Pfanne aufbewahren.



Den **Reis** in einem Sieb kalt 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. Den **weißen** und den **grünen Teil** der **Lauchzwiebeln** separat in Ringe schneiden.



Die **Peperoni** längs halbieren, entkernen und grob schneiden. Die **Mandeln** grob hacken und in der Pfanne mit 4EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze leicht anbräunen. Die **Mandeln samt Öl** aus der Pfanne nehmen und mit dem **restlichen Knoblauch** und der **Peperoni nach Wunsch** vermengen, mit 1TL Zucker und 1 Prise Salz würzen.



Die **Auberginen** in einer großen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze ca. 3Min. anbraten. Die **weißen Lauchzwiebeln** mit 1 Prise Salz zu den **Auberginen** geben und ca. 2Min. mitbraten. Die **Currypaste** unterrühren und alles ca. 1Min. weiterbraten. Mit der **Kokosmilch** und 100ml Wasser ablöschen, einmal aufkochen und bei mittlerer bis niedriger Hitze 10-15Min. köcheln lassen.



Das **Curry** mit Salz und Pfeffer abschmecken und den **Tofu** unterheben. Das **Curry** auf dem **Reis** anrichten, nach Geschmack mit dem **Mandel-Peperoni-Öl** beträufeln und mit den **grünen Lauchzwiebeln** garniert servieren.