

CURRYLICIOUS-KOKOS-CURRY MIT JASMINREIS

Portionen: 4 | Optionen: vegetarisch (mit Räuchertofu) oder mit Hühnchen

ZUBEREITUNG:

- 1.** Reis vorbereiten: Jasminreis gründlich waschen. Mit Wasser, Limettenblättern und etwas Salz aufkochen, dann bei niedriger Hitze 12-15 Minuten köcheln lassen, bis der Reis gar ist. Kurz vor Ende Limettenabrieb unterheben.
- 2.** Curry ansetzen: Kokosöl in einem großen Topf oder Wok erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Ingwer 3-4 Minuten dünsten.
- 3.** Kartoffeln & Gemüse hinzufügen: Gemüse 5 Minuten anbraten. Optional Räuchertofu oder Hühnchen dazugeben und mitbraten.
- 4.** Currylicious-Gewürz einstreuen und kurz mitrösten, damit sich das Aroma entfaltet. Dann Kokosmilch und Brühe dazugeben, alles aufkochen und bei mittlerer Hitze 15-20 Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse weich ist (Kartoffeln sollten gar sein).
- 5.** Mit Salz, Pfeffer, Sojasauce und einem Spritzer Limettensaft abschmecken. Curry mit frischem Koriander oder Petersilie bestreuen und zusammen mit dem aromatisierten Jasminreis servieren.

ZUTATEN FÜR DAS CURRY:

- ☐ 2 EL Kokosöl
- ☐ 1 große Zwiebel, fein gewürfelt
- ☐ 2-3 Knoblauchzehen, fein gehackt
- ☐ 1 Stück Ingwer (ca. 3 cm), fein gehackt
- ☐ 3-4 mittelgroße Kartoffeln, gewürfelt
- ☐ Nach Wahl: Paprika, Karotte oder Brokkoli, gewürfelt
- ☐ Optional: 200 g Räuchertofu oder Hühnchen, gewürfelt
- ☐ 2 EL Currylicious-Gewürz
- ☐ 400 ml Kokosmilch
- ☐ 150 ml Gemüse- oder Hühnerbrühe
- ☐ Salz, Pfeffer, Sojasauce nach Geschmack
- ☐ Frischer Koriander, Limette oder Petersilie zum Garnieren

FÜR DEN JASMINREIS:

- ☐ 250 g Jasminreis
- ☐ 500 ml Wasser
- ☐ 1-2 Kaffir-Limettenblätter
- ☐ Abrieb von 1 Limette
- ☐ Salz

NACHSCHUB?
GIBT'S HIER:



TIPPS:

Wer es extra cremig mag, kann noch 2 EL Erdnussbutter oder Cashewmus unterrühren. Für einen fruchtigen Twist passen ein paar gewürfelte Mango oder Ananaswürfel perfekt dazu.