

Kürbis Curry

Gesamtzeit: 40 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 4 Personen

Kürbis Curry

500 g Kürbisfleisch (z.B. Hokkaido-Kürbis), gewürfelt

1 Zwiebel, gehackt

1 Stück(e) Ingwer, fein gehackt oder gerieben

1 rote Paprika, gewürfelt

400 ml Lien Ying Kokosmilch

2 Esslöffel Lien Ying Grüne Curry Paste

1 Teelöffel Lien Ying Kurkuma gemahlen

1 Teelöffel Lien Ying Kreuzkümmel gemahlen

1 Teelöffel Lien Ying Koriander gemahlen

1 Teelöffel Paprikapulver

1 Teelöffel Zucker

Salz

Saft einer halben Limette

Frischer Koriander

Reis oder Naan-Brot zum Servieren

Kürbis Curry

1.

In einer großen Pfanne etwas Öl erhitzen. Die Zwiebel darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Den Knoblauch und Ingwer hinzufügen und für weitere 1-2 min. unter Rühren braten.

Die Currypaste, Kurkuma, Kreuzkümmel, gemahlenen Koriander und Paprikapulver hinzufügen. Gut umrühren und für etwa 1 Minute braten.

Die gewürfelten Kürbisstücke und die Paprikawürfel dazugeben. Alles gut vermengen. Die Kokosmilch hinzufügen und umrühren. Das Curry zum Kochen bringen und dann die Hitze reduzieren, sodass es sanft köchelt. Während das Curry köchelt, den Zucker, das Salz und den Limettensaft hinzufügen. Den Deckel auflegen und das Curry etwa 15-20 min. köcheln lassen, bis der Kürbis weich ist.

Das Kürbis-Curry über Reis servieren oder mit Naan-Brot genießen. Mit frisch gehacktem Koriander bestreuen.