Rezept

Kokosragout mit Garnelen

Ein Rezept von Kokosragout mit Garnelen, am 12.10.2024

Zutaten

1	Winterrettich
200 g	Möhren
1	Zwiebel
4 EL	Öl
400 g	Kokosmilch
	Salz
300 g	rohe geschälte Garnelen
50 g	Kokosraspel
200 g	Topinambur
200 g	Weißkohl
1 Stück	Ingwer (ca. 4 cm)
1 - 2 TL	rote Currypaste
1 EL	Fischsauce (ersatzweise helle Sojasauce)
1	Bio-Limette (ersatzweise Bio-Zitrone)
	Pfeffer
½ Bund	Koriander

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min

Zubereitung

1. Rettich, Topinambur und Möhren schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Den Weißkohl waschen, von den dicken Mittelrippen befreien und in ca. 1 cm breite Streifen schneiden. Lange Streifen noch einmal durchschneiden. Zwiebel und Ingwer schälen und fein würfeln.

2. In einem großen Topf 2 EL Öl erhitzen. Das Gemüse mit der Zwiebel und dem Ingwer darin bei mittlerer Hitze 2 - 3 Min. unter Rühren anbraten. Die Currypaste gründlich unterrühren und kurz mitbraten. Die Kokosmilch unterrühren. Das Gemüse mit Fischsauce und Salz abschmecken und zugedeckt bei schwacher Hitze in 8 - 10 Min. bissfest garen.

3. Inzwischen die Limette heiß waschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Die Garnelen waschen und trocken tupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen und in den Kokosraspeln wenden. Den Koriander waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken.

4. Das restliche Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Garnelen darin bei mittlerer Hitze ca. 1 Min. braten, bis sie sich rötlich färben. Wenden und noch einmal 1 Min. braten.

5. Das Gemüse mit der Limettenschale und 2 EL Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und auf tiefe Teller oder Schüsseln verteilen. Dann mit dem Koriander bestreuen, mit den Garnelen belegen und sofort servieren.