

Rezept

Garnelencurry mit Ananas

Ein Rezept von Garnelencurry mit Ananas, am 19.04.2024

Zutaten

5 TK-Riesengarnelen (ca. 125 g, aufgetaut)	2 Scheiben frische Ananas (ca. 100 g Fruchtfleisch)
1/2 rote Paprikaschote	50 g Zuckerschoten
2-3 Frühlingszwiebeln	200 ml Kokosmilch (Dose oder Packung)
1-2 TL rote Thai-Currypaste (Asienladen)	3 Limettenblätter (nach Belieben)
1 EL helle Sojasauce (wahlweise Fischsauce)	1/2 TL Zucker (wahlweise Palmzucker)
1-2 EL Limettensaft	3-4 Stängel Koriandergrün (nach Belieben)

Rezeptinfos

Schwierigkeitsgrad mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 640 kcal

Zubereitung

1. Die Riesengarnelen schälen und längs halbieren (dabei die Darmfäden entfernen), das Garnelenfleisch waschen und trocken tupfen. Die Ananasscheiben schälen, vom Strunk befreien und in kleine Würfel schneiden. Die Paprikahälfte putzen, waschen und in feine Streifen schneiden.
2. Zuckerschoten waschen, die Enden abknipsen, dabei evtl. Fäden entfernen, und die Schoten schräg halbieren. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und – weiße und grüne Teile getrennt – fein schneiden.
3. Die Kokosmilch (vor dem Öffnen kräftig schütteln) und Currypaste in einen Topf geben und aufkochen lassen. Limettenblätter waschen und hinzufügen. Alles 3-4 Min. sprudelnd kochen lassen.
4. Das Weiße der Frühlingszwiebeln, Paprikastreifen, Zuckerschoten und Ananas hinzufügen, mit Sojasauce und Zucker würzen. Aufkochen und 2 Min. weiterkochen lassen.
5. Die Garnelen unterrühren und bei schwacher Hitze 3 Min. zugedeckt ziehen lassen. Mit Limettensaft abschmecken.
6. Den Koriander (falls verwendet) waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen, grob hacken und zusammen mit dem Frühlingszwiebelgrün über das Curry streuen. Die Limettenblätter vor dem Essen entfernen. Als Beilage zum Garnelencurry schmecken Basmatireis oder thailändischer Duftreis.