

Rezept

Gelbes Curry mit Fisch und eingelegtem Bambus (Gäng Lüang Pla Sai Noh Maai Dohng)

Ein Rezept von Gelbes Curry mit Fisch und eingelegtem Bambus (Gäng Lüang Pla Sai Noh Maai Dohng), am 28.06.2026

Zutaten

300 g festfleischige Fischfilets mit Haut (z. B. Wolfsbarsch oder Weißer Schnapper)	250 g eingelegte Bambussprossen (Fertigprodukt)
600 ml Kokosmilch	1 Bund Thai-Basilikum
1/2 EL Salz	ca. 1/2 EL gelbe Currypaste (Fertigprodukt) evtl. Fischsauce und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 360 kcal

Zubereitung

1. Die Fischfilets waschen und trocken tupfen, in 2-3 cm große Stücke schneiden und zur Seite stellen. Die Bambussprossen aus dem Glas abtropfen lassen und falls nötig, in breite Streifen schneiden. Selbst eingelegten Bambus abtropfen lassen. Das Basilikum waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und beiseitestellen.
2. 300 ml Kokosmilch mit der gelben Currypaste im Wok aufkochen. Sobald die Currypaste zu duften beginnt und sich kleine Fettaggen auf der Oberfläche bilden, die restliche Kokosmilch und das Salz zugeben. Die Kokosmilch unter Rühren nochmals aufkochen. Bambussprossen und Fischstücke hineingeben, nicht umrühren. Zugedeckt ca. 5 Min. bei mittlerer Hitze kochen lassen.
3. Das Curry vorsichtig umrühren. Die Hitze reduzieren und das Curry ca. 7 Min. unter Aufsicht weiterköcheln lassen. Sobald die Fischstücke gar sind, den Wok vom Herd nehmen, Basilikumblätter zugeben und kurz in die Flüssigkeit drücken. Zugedeckt ca. 1 Min. ruhen lassen. In eine Schüssel umfüllen und servieren. Nach Belieben mit Fischsauce und schwarzem Pfeffer abschmecken.