

## Rezept

# Gelbes Kürbis-Curry

Ein Rezept von Gelbes Kürbis-Curry, am 28.06.2026

## Zutaten

<b>600 g</b> Hokkaido-Kürbis	<b>3</b> Schalotten
<b>1 Stängel</b> Zitronengras	<b>100 g</b> Baby-Spinat
<b>1 EL</b> Sonnenblumenöl	<b>2 EL</b> gelbe Currypaste
<b>1 Dose</b> Kokosmilch (400 g)	<b>40 g</b> Erdnusskerne (gesalzen)
<b>4 Stängel</b> Thai-Basilikum	<b>3 EL</b> Fischsauce
Pfeffer	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 385 kcal, 28 g F, 9 g EW, 24 g KH

## Zubereitung

1. Den Kürbis waschen, halbieren, entkernen und mit Schale in Stücke schneiden. Die Schalotten schälen und fein würfeln. Das Zitronengras waschen, die äußeren Blätter entfernen und das untere Ende abschneiden. Den Stängel sehr fein schneiden. Spinat verlesen, waschen und trocken schütteln.
2. Das Öl im Wok oder in einem Topf erhitzen, Zitronengras und Schalotten darin kurz anbraten. Kürbis dazugeben und unter Rühren anbraten. Die Currypaste einrühren und kurz anbraten. Die Kokosmilch und 300 ml Wasser dazugießen und alles ca. 15 Minuten köcheln lassen. Den Spinat dazugeben und 2-3 Min. mitgaren.
3. Die Erdnüsse grob hacken. Das Basilikum waschen und trocken tupfen, die Blätter abzupfen und in Streifen schneiden. Das Curry mit Fischsauce und Pfeffer abschmecken, mit Erdnüssen und Thai-Basilikum bestreuen und servieren. Dazu passt Reis.