

Rezept

Gemüse in Kokosmilch mit Zitronengras

Ein Rezept von Gemüse in Kokosmilch mit Zitronengras, am 28.06.2026

Zutaten

1 Stängel Zitronengras	2 Knoblauchzehen
4 kleine grüne Chilischoten	2 Möhren
1 kleiner Blumenkohl	100 g grüne Bohnen
1 Dose Kokosmilch (400 ml, ungeschüttelt)	4 EL helle Sojasauce
1 TL Zucker	1 EL Limettensaft

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2-4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 200 kcal

Zubereitung

1. Zitronengras von harten Blättern befreien, das untere Drittel sehr fein schneiden. Knoblauch schälen, fein hacken. Chilis waschen, fein schneiden. Möhren schälen, in Scheiben schneiden. Blumenkohl waschen, putzen und in Röschen teilen. Bohnen waschen und in 5 cm große Stücke schneiden.
2. 4 EL Kokosmilch im Wok (oder in einem Topf) erhitzen. Zitronengras, Knoblauch und Chilis darin 1 Min. anbraten. Das Gemüse zufügen und 2 Min. mitbraten. Übrige Kokosmilch, Sojasauce und Zucker zugeben, ca. 5 Min. bei mittlerer Hitze kochen lassen. Mit Limettensaft würzen.