

## Rezept

# Kartoffel-Gemüse-Curry

Ein Rezept von Kartoffel-Gemüse-Curry, am 09.06.2026

## Zutaten

<b>700 g</b> kleine, festkochende Kartoffeln	<b>400 g</b> Romanesco (oder Blumenkohl)
<b>150 g</b> Möhren	<b>1</b> Aubergine (ca. 300 g)
<b>2</b> kleine Zwiebeln	<b>2</b> Knoblauchzehen
<b>3 EL</b> Erdnussöl	3-4 TL rote Thai-Currypaste (Asienregal)
½ l Gemüsefond (Glas; oder Gemüsebrühe)	<b>300 g</b> ungesüßte Kokosmilch (Dose)
<b>1 Bund</b> Frühlingszwiebeln	Salz
Pfeffer	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 230 kcal

## Zubereitung

1. Kartoffeln schälen, waschen und längs in Spalten schneiden. Romanesco waschen, putzen und in Röschen teilen. Die Möhren putzen, schälen und schräg in ca. ½ cm dünne Scheiben schneiden. Aubergine waschen, putzen, längs vierteln und in dicke Scheiben schneiden.
2. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. Das Öl erhitzen, beides darin glasig dünsten. Currypaste einrühren und kurz anschwitzen. Fond und Kokosmilch zugeben und umrühren. Möhren, Kartoffeln, Aubergine und Romanesco zugeben und aufkochen, dann bei halb geöffnetem Deckel bei mittlerer Hitze ca. 20 Min. kochen lassen. Die Frühlingszwiebeln putzen und waschen. Das Weiße und Hellgrüne in ca. 4 cm lange Stücke schneiden und zugeben. Alles offen in 3-4 Min. fertig garen. Salzen und pfeffern.