

## Rezept

# Kokos-Erdnuss-Curry mit Spargel und Kohlrabi

Ein Rezept von Kokos-Erdnuss-Curry mit Spargel und Kohlrabi, am 02.11.2024

## Zutaten

|   |  |
|---|--|
| <b>1</b> Kohlrabi                               | <b>250 g</b> grüner Spargel                |
| <b>2</b> große Möhren                           | <b>1 EL</b> Rapsöl                         |
| <b>1 EL</b> rote Currypaste (Asialaden)         | <b>400 ml</b> Kokosmilch                   |
| <b>30 g</b> Erdnüsse (ungesalzen)               | <b>1/2 Bund</b> Thai-Basilikum (Asialaden) |
| <b>1/2 Bund</b> Koriandergrün (z. B. Asialaden) | <b>2 EL</b> Agavendicksaft (Bioladen)      |
| <b>1 TL</b> Sojasauce                           | <b>3 EL</b> Erdnussmus (Bioladen)          |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 405 kcal

## Zubereitung

1. Den Kohlrabi schälen und in 1,5 cm große Stücke schneiden. Den Spargel waschen und die unteren, holzigen Enden entfernen. Die Stangen in ca. 2 cm lange Stücke schneiden. Die Möhren putzen, schälen und in 1 cm große Stücke würfeln.
2. 1 EL Rapsöl in einem Wok (oder weiten Topf) erhitzen und die Currypaste darin anrösten, bis sie duftet.
3. Dann die Kokosmilch hinzufügen und erhitzen, die Erdnüsse, Möhren und den Kohlrabi hinzufügen und bei mittlerer Hitze 5 Min. köcheln lassen. Dann den Spargel hinzufügen und weitere 12 Min. köcheln lassen.
4. Inzwischen Thai-Basilikum und Koriander waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Es werden jeweils ca. 20 Blätter benötigt.
5. Agavendicksaft, Sojasauce und das Erdnussmus unter das Curry rühren. Dann das Gericht auf zwei tiefe Teller verteilen, mit den Kräutern bestreuen und servieren.