

Rezept

Kürbis-Erdnuss-Curry

Ein Rezept von Kürbis-Erdnuss-Curry, am 11.12.2024

Zutaten

800 g Butternuss-Kürbis (der obere Teil)	1 Schalotte
5 Kaffir-Limettenblätter	1 EL Sonnenblumenöl
1/2 TL rote Thai-Currypaste	200 g Kokosmilch (aus der Dose)
200 ml Gemüsebrühe	2 EL Fischsauce
1 TL Erdnussmus	2 EL Limettensaft

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 353 kcal, 26 g F, 8 g EW, 18 g KH

Zubereitung

1. Den Kürbis waschen, putzen und schälen. Das Fruchtfleisch zurechtschneiden und mit dem Spiralschneider in dünne Streifen hobeln, diese kürzer schneiden. Schalotte schälen, längs halbieren und in Spalten schneiden. Kaffir-Limettenblätter waschen, trocken tupfen, die harte Mittelrippe herausschneiden und die Blatthälften jeweils in feine Streifen schneiden.
2. Das Öl in einem Topf erhitzen, die Schalottenspalten darin andünsten. Die Kürbisnudeln dazugeben und kurz mitbraten. Die Currypaste unterrühren, dann Kokosmilch und Gemüsebrühe zugeben. Mit Fischsauce würzen, Kaffir-Limettenblätter und Erdnussmus unterrühren.
3. Das Kürbis-Curry zugedeckt bei mittlerer Hitze in 8-10 Min. bissfest garen. Mit Limettensaft abschmecken und sofort servieren.