

Rezept

Masman-Curry

Ein Rezept von Masman-Curry, am 14.04.2026

Zutaten

20 g gepresste Tamarinde	2 EL geröstete ungesalzene Erdnüsse
2 Zwiebeln	2 große fest kochende Kartoffeln
400 g Rindergulasch	2 EL Öl
1 Dose Kokosmilch (400 ml, ungeschüttelt)	2 EL Masman-Currypaste
4 EL Fischsauce	2 EL Zucker
1 Zimtstange	2 Lorbeerblätter

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2-4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 535 kcal

Zubereitung

1. Die Tamarinde in 100 ml Wasser einweichen. Erdnüsse grob zerstoßen. Zwiebeln und Kartoffeln schälen und in Stücke schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen, Fleisch darin anbraten. 6 EL Kokossahne in einen Topf geben. Kokosmilch zum Fleisch geben und zugedeckt 20 Min. leise kochen lassen.
2. Die Currypaste in der Kokossahne anbraten. Zwiebeln 1 Min. mitbraten. Kartoffeln, Fleisch samt Kokosmilch, Nüsse, Fischsauce, Tamarindensaft (durch ein Sieb), Zucker, Zimt und Lorbeer zugeben, in 25 Min. zugedeckt weich garen.