

Rezept

Scharfer Thai-Blumenkohl

Ein Rezept von Scharfer Thai-Blumenkohl, am 22.09.2023

Zutaten

1	Blumenkohl	2 EL	rote Thai-Currypaste
1 EL	brauner Zucker	1 Dose (400 ml)	Kokosmilch
4	Kaffirlimettenblätter	70 g	Maiskörner (Dose)
6	Eier	1	kleine rote Chilischote

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 195 kcal

Zubereitung

1. Blumenkohl in sehr kleine Röschen teilen und waschen. Currypaste mit Zucker im Wok anrösten, mit der Kokosmilch ablöschen. 2 Limettenblätter einlegen. Blumenkohlröschen darin bei schwacher Hitze zugedeckt garen, öfter umrühren. Nach 10 Min. den Mais zugeben. Offen bei höherer Hitze weitere 5-7 Min. garen. Die Kokosmilch soll etwas einkochen, der Kohl noch Biss haben. Limettenblätter entfernen.
2. Inzwischen die Eier in 7 Min. wachweich kochen. Chilischote putzen, entkernen, waschen und in feine Ringe schneiden. Das Curry mit Eihälften, Chiliringen und übrigen Limettenblättern anrichten.