Rezept

Schnelles Kürbis-Kartoffel-Curry mit Tofu

Ein Rezept von Schnelles Kürbis-Kartoffel-Curry mit Tofu, am 09.06.2025

Zutaten

500 g	festkochende Kartoffeln
1	Zwiebel
1-2 EL	rote Thai-Currypaste (aus dem Glas)
500 g	Tofu (natur)
	Salz
1-2 EL	Limettensaft
700 g	Hokkaidokürbis
2 EL	Öl
1 Dose	Kokosmilch (400 ml)
150 g	Kirschtomaten
	Pfeffer
2-3 Stiele	Thai-Basilikum oder Basilikum

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 465 kcal

Zubereitung

1. Die Kartoffeln schälen und waschen. Den Kürbis putzen, waschen und abtrocknen. Kartoffeln und Kürbis in ca. 1 ½ cm große Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen und in feine Spalten schneiden.

2. Das Öl in einem breiten Topf oder im Wok erhitzen. Die Currypaste darin 1 Min. anrösten, Zwiebel dazugeben und 1 - 2 Min. unter Rühren andünsten. Die Kokosmilch dazugießen und aufkochen lassen. Kartoffeln und Kürbis hinzufügen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 10 - 12 Min. garen.

3. Inzwischen den Tofu trocken tupfen und in 2 cm große Würfel schneiden. Die Kirschtomaten waschen und beides in das Kartoffel-Kürbis-Curry geben. Alles bei schwacher Hitze in ca. 3 Min. gar ziehen lassen. Das Curry mit Salz, Pfeffer und Limettensaft abschmecken. Das Basilikum waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen, grob hacken und vor dem Servieren über das Curry streuen. Dazu passt Jasminreis.