

Rezept

Thai-Gemüsecurry mit Kokosmilch

Ein Rezept von Thai-Gemüsecurry mit Kokosmilch, am 28.06.2026

Zutaten

1 kleiner Kohlrabi (ca. 270 g)	1 dicke Möhre (ca. 00 g)
200 g Brokkoliröschen	200 g kleine Champignons
2 Frühlingszwiebeln	1 Stück Ingwer (ca. 2 cm)
2 Knoblauchzehen	1 Stängel Zitronengras
2 EL neutrales Öl	2 TL grüne Currypaste
1 TL brauner Zucker	250 ml Kokosmilch (Dose oder Tetrapak)
2 TL Zitronensaft	Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min

Zubereitung

1. Den Kohlrabi und die Möhre schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Brokkoliröschen waschen. Die Champignons putzen und bei Bedarf mit einem Tuch abreiben.

2. Die Frühlingszwiebeln putzen und waschen. Etwas vom knackigen Grün abschneiden und beiseitelegen, den Rest fein hacken. Ingwer und Knoblauch schälen und ebenfalls fein schneiden. Das Zitronengras waschen, die Enden abschneiden und die äußere Schicht entfernen. Zitronengras sehr fein schneiden.

3. Den Wok erhitzen und das Öl hineingeben. Kohlrabi, Möhre und Brokkoli einrühren und ca. 2 Min. braten. Pilze, Zwiebeln, Ingwer, Knoblauch und Zitronengras dazugeben und weitere 2 - 3 Min. braten, bis die Pilze leicht braun sind.

4. Die Currypaste und den Zucker dazugeben und kurz braten. Die Kokosmilch angießen und gründlich unterrühren. Das Gemüse offen bei mittlerer Hitze 3 - 4 Min. köcheln lassen, bis es bissfest ist. Mit dem Zitronensaft und Salz abschmecken. Das beiseitegelegte Frühlingszwiebelgrün in Ringe schneiden, aufstreuen und das Curry servieren. Dazu schmeckt Reis.