



## Leichtes Kokos-Thaicurry

mit Gemüse und Jasminreis



20-30Min.



3-4 Personen

Wir haben mal wieder etwas ganz besonders Köstliches für dich gezaubert: Unser klassisches gelbes Thai-Curry ist nicht nur superschnell zubereitet, es ist auch noch vollgepackt mit einer knackig-bunten Gemüsemischung aus Karotten, Zucchini, Champignons und Pak Choi. Geröstete Erdnüsse bringen extraviel Crunch. Yum!

## Was du von uns bekommst

- 1 Gemüsebrühwürfel<sup>9</sup>
- 1 Päckchen gelbe Currypaste
- 3 Karotten
- 2 Zucchini
- 1 rote Zwiebel
- 400g Jasminreis
- 500ml Kokosmilch
- 20g frischer Koriander
- 1 Packung Champignons
- 2 Packungen Baby-Pak-Choi
- 1 Packung Erdnüsse, geröstet & gesalzen<sup>5</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- Pflanzenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

## Küchenutensilien

- große Pfanne
- Messbecher
- mittelgroßer Kochtopf mit Deckel
- Sieb
- Sparschäler

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

## Allergene

Erdnüsse (5), Sellerie (9). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 752.0kcal, Fett 39.0g, Eiweiß 21.0g, Kohlenhydrate 74.6g



1. Gemüse vorbereiten

Den **Pak Choi** in Streifen schneiden, dabei den **grünen** und **weißen Teil** voneinander trennen. Die **Karotten** schälen und schräg in dünne Scheiben schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in dünne Streifen schneiden. Die **Pilze** ggf. säubern und vierteln. Die **Zucchini** längs halbieren und quer in 0,5cm dünne Scheiben schneiden.



4. Curry ansetzen

Die **Currypaste** in derselben Pfanne mit 1-2EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze kurz anrösten, bis sie duftet, dann die **weißen Pak-Choi-Stücke**, die **Karotten** und die **Zwiebeln** hinzugeben und kurz mitbraten. Die **Kokosmilch** gut durchschütteln.



2. Reis kochen

600ml leicht gesalzenes Wasser in einem mittelgroßen Topf zum Kochen bringen. **3/4 des Reises** in einem Sieb unter fließendem Wasser abspülen. Den **Reis** in das kochende Wasser geben und abgedeckt bei niedrigster Hitze ca. 10-12Min. kochen, bis das Wasser aufgesogen und der **Reis** gar ist. Noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr abgedeckt ziehen lassen.



5. Curry kochen

Die **Pilze** und die **Zucchini** in die Pfanne geben und alles mit 150ml Wasser und der **Kokosmilch** ablöschen. Den **Brühwürfel** im **Curry** auflösen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das **Curry** 10-15Min. abgedeckt köcheln. Wer das **Gemüse** nicht so knackig mag, kocht es weitere 5Min. Die letzten 5Min. der Kochzeit die **grünen Pak-Choi-Stücke** hinzufügen.



3. Erdnüsse rösten

Die **Erdnüsse** grob hacken und in einer großen Pfanne ohne Zugabe von Fett goldbraun rösten. Zum Abkühlen aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.



6. Curry fertigstellen

Inzwischen die **Korianderblätter** von den Stängeln zupfen und grob hacken. Das **Kokos-Thaicurry** mit **Reis** anrichten und nach Geschmack mit **Erdnüssen** und **Koriander** bestreut servieren.

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf [marleyspoon.de](https://marleyspoon.de) an.     **#marleyspooning**