

Gemüse Curry 2 Varianten von Stella Bollinger

Mengen für 10 Personen

Grünes Curry und Rotes Curry

Quelle: Dyamis Gehirn, Bailas Gaumen, Nalas Nase

Tags: Vegan

Gewürze: Kurkuma, Paprika, Curry mild

600 g Langkornreis	
250 g Rote Currypaste	
250 g Currypaste	Grüne Currypaste
300 g Sojasprossen	Bambussprossen nicht Soja!!!
5 dl Kokosmilch	
500 g Blumenkohl	Oder: Ein grosser Blumenkohl
500 g Broccoli	2 Broccoli pro 10 Personen
2.0 Stück Zucchini	
2.0 Stück Zwiebeln	
0.5 g Bohnen	
2.0 Stück Pepperoni	
100 g Kartoffeln	