*Indisch-schwedisches Pouletcurry von a v o

Mengen für 10 Personen

Quelle: under valnötsträdet

Gewürze: Salz, Kurkuma, Cayenne Pfeffer, Paprika, Kreuzkümel

10 EL Öl	
4.0 Stück Zwiebeln	feingehackt
4.0 Stück Knoblauchzehen	gepresst/feingehackt
25 g Ingwer	gerieben
12 g Rote Currypaste	(6g 1/2 - 1 TL)
1.0 Liter Wasser	
10 Stück Tomaten	
40 g Honig	
6.0 dl Halbrahm	
700 g Pouletgeschnetzeltes	
200 g Bohnen	
4.0 Stück Rüebli	
200 g Erbsen	
250 g Nature Joghurt	dazureichen
10 g Koriander	