Thai-Curry Vegi von Madeleine Kindermann

Mengen für 10 Personen
Reis kochen.
Kokosmilchpackungen öffnen.
Olivenöl in Pfanne geben und Currypaste unter ständigem umrühren heiss anbraten. Nicht anbrennen lassen. Zucchini, Zwiebeln und Aubergine zugeben und kurz mitbraten. Spätestens mit Kokosmilch ablöschen, wenn Currypaste anzuhocken beginnt - kräftig umrühren. Ca. 10 min köcheln lassen. Mit Sojasauce würzen. 10 min vor Ende Kochzeit Süsskartoffeln zugeben. Ist das Curry fertig, vom Herd nehmen und die Sojasprossen zugeben. Nochmals umrühren (sind so fein, kochen praktisch so durch) und servieren.

Quelle: Vegi-Mutter
Tags: Vegan, Einfach

600 g Basmatireis	
2.0 Stück Zucchetti	2.5kg Gemüse TOTAL. in Scheiben geschnitten
200 g Kefen	
1.0 Stück Auberginen	in Würfel, ca. 4cm gross geschnitten
3.0 Stück Zwiebeln	in feine Stücke gehackt
250 g Süsskartoffeln	in Würfel geschnitten, ca. 4cm
8.0 dl Kokosmilch	
350 g Currypaste	dunkelrote möglichst scharfe Currypaste
250 g Sojasprossen	
3.0 dl Sojasauce	
200 g Sojasprossen	
2.0 dl Olivenöl	

Gemüse kann alles ersetzt werden. Wenn man will, dass nicht alles verkocht, muss die jeweilige Garzeit beachtet werden. Sehr fein ist auch:

Kartoffel (futtert mehr, erdiger)
Lauch (Wird eher Süsslich, passt zu Ananas!)
Ananas (Süss-Sauer)
Linsen (ähnlich wie Kartoffel)
Kichererbsen
Pastinaken
Wirz
Flühlingszwiebeln

Gemüse wie Tomaten, Broccoli, Sellerie finde ich passt weniger