

RADIO SALÜ Küchenchef

Uwe Zimmer



Garnelen-Curry mit Chili

| Zutaten für 4 Personen: | |
|----------------------------|-----------------------------|
| 25 rohe Garnelen in Schale | 1 TL gemahlener Kreuzkümmel |
| 2 Zwiebeln | 1 TL Koriandersamen |
| 2 Knoblauchzehen | 1 EL gemahlener Ingwer |
| 1 rote Chilischote | 1 EL gemahlener Kurkuma |
| Öl, Salz, Zucker | 2 Tomaten, Stiele Koriander |
| 150 ml Gemüsebrühe | 1 Dose ungesüßte Kokosmilch |

Zubereitung:

Garnelen schälen, Schwanzflosse dran lassen und den Darm entfernen.

Chiliringe ohne Kerne mit Kreuzkümmel und Koriandersamen in einer Pfanne leicht rösten.

Zwiebeln und Knoblauch hacken, mit dem gerösteten Chili, Ingwer und Kurkuma zu einer dicken Paste mixen.

Garnelen in einer Pfanne mit etwas Öl unter Wenden 2–3 Minuten anbraten, Gewürzpaste, Kokosmilch, Brühe und Tomaten zugeben, zugedeckt ca. 5 Minuten leicht köcheln lassen.

Garnelen-Curry mit Salz und etwas Zucker abschmecken und anrichten.

Mit Koriander garnieren. Dau passt Reis.

© RADIO SALÜ Küchenchef Uwe Zimmer