

RADIO SALÜ**101,7**

Rezept von RADIO SALÜ
Küchenchef Uwe Zimmer aus der
Mitkoch-Show, immer sonntags
von 10-14 Uhr.

Gemüse-Curry in Erdnuss-Kokossoße

Zutaten für 4 Personen:	
600 g Kartoffeln	40 g gehackte Erdnüsse
500 g Brokkoli	400 ml Gemüsebrühe
1 Zucchini, 1 rote Paprikaschote	1 Dose (400 ml) Kokosmilch
1 Knoblauchzehe, 1 Zwiebel	ca. 2 TL Garam Masala
1 rote Chilischote	1 TL Kurkuma
Salz, Pfeffer, Öl	1 TL gelbe Currypaste

Zubereitung:

Kartoffeln in Würfel und Brokkoli in Röschen in kochendem Salzwasser ca. 3 Minuten garen.
Inzwischen Zucchini in Scheiben schneiden. Paprika in Streifen schneiden.

Chilischote ohne Kerne in Ringe schneiden.

Erdnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten, rausnehmen.

Öl in der Pfanne erhitzen und Zucchini und Kartoffeln unter Wenden braten.

Knoblauch und Zwiebel fein würfeln mit Chili, Brokkoli und Paprika paar weitere Minuten mitbraten. Mit Brühe und Kokosmilch ablöschen. Mit Salz, Pfeffer, Garam Masala, Currypaste und Kurkuma würzen und etwas köcheln lassen.

In Schalen anrichten und mit gerösteten Erdnüssen bestreuen.