

RADIO SALÜ**101,7**

Rezept von RADIO SALÜ Küchenchef Uwe Zimmer aus der Mitkoch-Show, immer sonntags von 9-13 Uhr.

Gemüsecurry mit Aromakartoffeln

<u>Aromakartoffeln</u>	<u>Gemüsecurry</u>
1 kg kleine neue Kartoffel	500 g Romanesco
5 EL Olivenöl	300 g Möhren
1 EL grobes Meersalz	1 Aubergine
1 TL Chiliflocken	3 Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen
2 Knoblauchzehen	Erdnussöl, 3 TL rote Currypaste
Backpapier	Gemüsefond oder Gemüsebrühe
	250 g ungesüßte Kokosmilch

Aromakartoffeln:

Vorbereiten:

- Die neuen Kartoffeln unter fließendem Wasser gründlich putzen.
- Trocknen und längs halbieren.
- Knoblauch schälen und in Scheibchen schneiden.
- Olivenöl mit Meersalz, Knoblauchscheibchen und Chiliflocken verrühren.

Mitkochen:

- Die Kartoffeln zugeben und gut mischen.
- Die Kartoffelhälften auf 20 cm Stücke Backpapier geben und nach oben mehrfach Zusammenfalten und die Enden zubinden. Jede Portion einzeln verpacken.
- Die Backpapierpäckchen auf ein Backblech legen und 40 Minuten bei 180 ° backen

Gemüsecurry:

Vorbereiten:

- Den Romanesco waschen und kleine Röschen zerteilen.
- Die Möhren schälen und schräg in dünne Scheiben schneiden.
- Aubergine putzen und längs vierteln und in Scheiben schneiden.
- Knoblauch und die Zwiebeln schälen und fein würfeln.

Mitkochen:

- Erdnussöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln und Knoblauch anbraten.
- 3 Teelöffel Thailändische rote Currypaste dazu geben und mit anschwitzen.
- mit Gemüsebrühe und ungesüßter Kokosmilch ablöschen.
- Möhren, Romanesco und Aubergine in die Sauce geben und ca. 20 Minuten köcheln lassen, dann ausstellen.
- Vom Koriander Blättchen abzupfen und unter das Gemüsecurry mischen, mit Salz, etwas Zucker und Pfeffer fertig abschmecken.