



# Asiatisch, vegetarisches & veganes Gemüse Curry

- **Küche:** Asiatisch
- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 40m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '40', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Ein etwas anderes Gemüse Curry, vegetarisch, vegan, asiatisch, richtig toll

## Zutaten

- 1 l ungesüßte Kokosmilch
- 50 g Cashew Kerne, geröstet und gesalzen, grob gehackt
- 30 g Ingwer, fein gehackt
- 1 - 2 EL rote Curry Paste
- 1 EL "5 - Gewürze - Pulver" (Aus dem Asia Markt)
- 2 EL brauner Zucker
- 2 EL Limettensaft
- 125 g Schalotten oder Zwiebeln, gewürfelt
- 1 - 3 Knoblauchzehen, fein gehackt, nach eigenem Geschmack
- 200 g grüne Bohnen, gewaschen, gefädelt
- 250 g Zuckerschoten, gewaschen, gefädelt
- 125 g Baby - Maiskolben, schräg halbiert
- 100 g Baby - Spinat, mehrfach gewaschen
- 100 g violette Baby - Auberginen in groben Scheiben (Aus dem Asia Markt)
- 5 Stängel Koriander Grün, gehackt
- 5 Stängel Thai Basilikum, gehackt
- 4 EL Öl

## Zubereitungsart

### Schritt1

## **Schritt2**

Die Vorbereitungen:

## **Schritt3**

Die geputzten Bohnen und Zuckerschoten "bissfest" in Salzwasser blanchieren, abgießen, abschrecken.

## **Schritt4**

Die Schalotten und den Knoblauch in Olivenöl anschwitzen.

## **Schritt5**

(Wok oder große Bratpfanne)

## **Schritt6**

Den Zucker darüber geben, das 5 - Gewürze - Pulver, den Ingwer und die Curry Paste verrühren.

## **Schritt7**

Darin die Auberginen und die Maiskolben wenden, 2 - 3 min. andünsten.

## **Schritt8**

Mit Salz und dem Limettensaft würzen und der Kokosmilch aufgießen, 3 - 4 min. köcheln lassen.

## **Schritt9**

Dann folgen die blanchierten Zuckerschoten und die Bohnen. Zuletzt die Spinatblätter, kurz zusammen fallen lassen.

## **Schritt10**

Das Koriander - Grün und Thai Basilikum unter mischen.

## **Schritt11**

Mit den gehackten Cashew Kernen bestreut zu Tisch geben.

**Rezeptart:** Vegan, Vegetarisch **Tags:** curry, fleischlos

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/asiatisch-vegetarisches-gemuese-curry/>