

Thailändisches Gemüsecurry mit Cashewkernen

by Andreas - Dienstag, Juni 22, 2010

<http://mundgericht.de/index.php/thailandisches-gemusecurry-mit-cashewkernen/>

Eine leckere asiatische Beilage, die auch locker als Hauptgericht durchgeht. Außerdem noch schnell herzustellen, vitaminreich und vegetarisch. Was will man mehr?

1 kleiner Blumenkohl

1 Brokkoli

2 rote Zwiebeln

2 EL rote Currypaste

400 ml Kokosmilch

1 TL brauner Zucker

1 TL Salz

100 gr. Cashewkerne

2 EL Erdnussöl

Brokkoli und Blumenkohl in Röschen aufteilen und für 5 Minuten in kochendes Salzwasser geben. In einer Pfanne oder einem Wok das Erdnussöl mit den klein geschnittenen Zwiebeln braten. Den Brokkoli, den Blumenkohl, Zucker, Salz und die Currypaste dazugeben und kurz unter ständigem Rühren braten. Die Kokosmilch darüber gießen. Weiter 3 Minuten köcheln lassen.

Die Cashewkerne in einer Pfanne ohne Öl anrösten und über das Gemüse geben. Fertig!