

# Erdnuss-Curry, Basmati, Chili-Minz-Joghurt, Erdnüsse

**Für zwei Personen**

**Für Erdnuss-Curry:**

2 große Süßkartoffeln	1 Zucchini	1 rote Paprikaschote
1 gelbe Paprikaschote	3 Schalotten	2 Knoblauchzehen
1 rote Chilischote	2 cm Ingwer	$\frac{1}{2}$ Limette, Saft, Abrieb
400 ml Kokosmilch	200 ml Gemüsefond	3 EL Erdnussbutter
2 EL Kokosöl	1 EL rote Currypaste	1 TL gelbes Currypulver
Salz	Pfeffer	

**Für den Basmati:**

250 g Basmati Salz

**Für den Chili-Minz-Joghurt:**

$\frac{1}{2}$ grüne Chilischote	$\frac{1}{2}$ Limette, Saft, Abrieb	150 g griech. Joghurt
1 Bund Minze	2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

**Für die Garnitur:**

4 EL Erdnüsse

**Für Erdnuss-Curry:**

Die Süßkartoffeln waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden.

Zucchini schälen und würfeln. Beide Paprika halbieren, von Kernen und Scheidewänden befreien und ebenfalls würfeln.

Zwiebeln und Knoblauch abziehen und ganz fein hacken. Ingwer schälen und mit der Chilischote sehr fein hacken. Kokosöl in einer großen Pfanne erhitzen und darin die Zwiebel-Knoblauch-Ingwer-Chili-Mischung goldbraun anbraten.

Currypulver und rote Currypaste hinzugeben und kurz mit anschwitzen.

Mit der Kokosmilch ablöschen, die Erdnussbutter dazu geben und alles gründlich verrühren.

Süßkartoffeln in die Pfanne geben und das Erdnuss-Curry bei mittlerer Hitze etwa 10-15 Minuten einkochen lassen. Die Kartoffeln sollten noch leichten Biss haben. Zucchini und Paprika nach etwa der Hälfte dazu geben und mit einkochen lassen.

Mit dem Saft und Abrieb der Limette sowie Salz und Pfeffer abschmecken. Ist das Curry zu dickflüssig, mit etwas Gemüsefond aufgießen.

**Für den Basmati:**

Reis mit doppelter Menge an Wasser und einer Prise Salz in einen Topf geben und auf mittlerer Hitze mit Deckel 10 Minuten köcheln lassen.

**Für den Chili-Minz-Joghurt:**

Minze und Chili waschen und fein hacken. Zusammen mit 2 Esslöffeln Joghurt zu einer grünen Paste pürieren. Nach und nach Joghurt dazu geben, bis der Chili-Minz-Joghurt die gewünschte Intensität erreicht hat.

Mit Limettensaft und -abrieb sowie Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für die Garnitur:**

Erdnüsse in eine heiße Pfanne geben und ohne Öl anrösten.

Jens Albrecht am 30. April 2025