Möhren-Curry, Riesengarnelen-Schwänze, Basmatireis

Für 2 Portionen:

250 g Riesengarnelenschwänze	250 g Möhren	100 g Zuckerschoten
1 Paprika, rot	1 Chilischote	1 Stück Ingwer
1 Bio-Limette	2 Tomaten	1 Zwiebel, rot
2 Knoblauchzehen	1 Orange	200 g Basmatireis
2 El Currypulver	100 ml Fischfond	250 ml Kokosmilch
0,50 Bund Koriander		

Möhren schälen und in Scheiben schneiden. Zuckerschoten abwaschen und halbieren. Paprika abwaschen und in Stifte schneiden. Chilischote abwaschen und in Ringe schneiden. Ingwer schälen und 1 TL fein reiben. Limette abwaschen, Schale fein abreiben. Tomaten abwaschen und in Würfel schneiden.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und in ebenfalls Würfel schneiden. Orange filetieren. Basmatireis in einem Topf mit der doppelten Menge Wasser aufkochen und 10 Min. leicht kochen, bis das Wasser verkocht ist. Hin und wieder umrühren.

In einer Pfanne etwas Öl erhitzen. Zunächst Möhren und Paprika anbraten. Zwiebel anschwitzen. Ingwer, Limettenabrieb, Knoblauch und Currypulver hinzugeben. 2-3 Min. anschwitzen.

Mit Fischfond ablöschen. 2-3 Min. leicht köcheln. Kokosmilch, Tomaten und Zuckerschoten hinzugeben. 10 Min. leicht kochen, hin und wieder umrühren.

Riesengarnelenschwänze abwaschen und trocken tupfen. In einer großen Pfanne etwas Öl erhitzen. Garnelen darin leicht braun braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Garnelen und Orangenfilets zum Curry hinzugeben. Alles gut vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Reis mit dem Curry auf Tellern anrichten. Koriander und Cashewkerne klein hacken, darüber streuen und servieren.

Christoph Rüffer am 12. April 2025