Curry aus Kichererbsen, Egerlinge und Paprikaschote

Zutaten:

E 200 g Kichererbsen (vorgegart), **E** 150 g Egerlinge, **E** 3 EL Sesamöl, **E** 400 ml Kokosmilch,
E 1 Paprikaschote gelb (ca. 150 g), **E** 200 g Tofu, **E** 100 g geröstete Erdnüsse,
M 2 cm großes Stück frischer Ingwer, **M** 1 Knoblauchzehe, **M** 1 kleine Chilischote,
M 1 Stängel Zitronengras,
W ¾ TL Salz,
H 1 Tomate, **H** 1 EL Zitronensaft,
F ¼ TL Kurkuma gemahlen, **F** ¼ Bund Koriandergrün.

Vorbereitung:

E Egerlinge vierteln
E Paprikaschote schälen und in kleine Würfel schneiden
E Erdnüsse bei 130°C Umluft für 15 Minuten im Backofen rösten
M Ingwer in Scheiben hobeln, anschließend in Streifen schneiden
M Knoblauch in Scheiben hobeln, anschließend in Streifen schneiden
M Chili entkernen und in feine Ringe schneiden
M Zitronengras in feine Ringe schneiden
H Tomate in Würfel schneiden
F Kurkuma in Scheiben hobeln, anschließend in Streifen schneiden
F Koriandergrün fein hacken

Zubereitung:

F In einer heißen Wokpfanne
E Sesamöl erwärmen. Tofu dazugeben und kurz scharf anbraten lassen.
M Knoblauch, Ingwer und Chili leicht mitbraten lassen.
E Egerlinge und Paprikaschote in die Wokpfanne geben und 2 Minuten mitbraten.
M Zitronengras,
W Salz,
H Tomate, Zitronensaft und
F Kurkuma dazugeben und alles miteinander vermischen.
E Kokosmilch, Kichererbsen und Erdnüsse zu dem Curry geben. Alles einmal kräftig aufkochen lassen. Anschließend die Hitze auf kleinste Stufe reduzieren und das Curry ca. 15 – 20 Minuten cremig einköcheln lassen.

Das Curry mit Reis anrichten. Mit Koriandergrün bestreut servieren.

 Copyright: Rupert Baier