

# Asiatisches Gemüsecurry in Kokosnuss-Milch

---

Gesamtzeit: 30 min.

Portionen: 4



## Zutaten:

1 Zwiebel  
2 Knoblauchzehen  
1 Ingwer  
2 Möhren  
1 rote Paprika  
1 gelbe Paprika  
100 g Zuckerschoten  
4 Frühlingszwiebeln  
400 ml Kokosnuss-Milch  
2 EL Curry  
3 TL Sonnenblumenöl  
Salz  
Pfeffer  
0,5 Topf Koriander oder Petersilie  
Reis

## Anweisungen:

Zwiebel und Knoblauch würfeln. Ingwer schälen und reiben. Die Möhren schälen und in feine Scheibchen oder Würfel schneiden.

Paprika entkernen und in mundgerechte Stücke teilen. Zuckerschoten in Stücke schneiden.

Öl erhitzen, Zwiebel und Knoblauch anschwitzen.

Möhren und Ingwer dazu geben. Nach etwa 2 Min. die Paprikastückchen in die Pfanne geben und zuletzt die Zuckerschoten.

Nach weiteren 2 Min. das Gemüse mit der Kokosnuss-Milch ablöschen.

Mit Curry, Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.

Kurz vor dem Servieren in Ringe geschnittene Frühlingszwiebeln zum Gemüse geben und mit Koriander garnieren.

Dazu passt eine Schale Jasminreis.