

Indisches Gemüsecurry (6 Pers.)

Zutaten

600 gr. Kartoffeln, geschält, geviertelt

400 gr. Blumenkohl, geputzt, gewaschen, in Röschen geteilt

400 gr. kleine Möhren, geschält, längs halbiert

200 gr. Zuckerschoten, geputzt, gewaschen,

1 grüne Peperone, entkernt, gewaschen, in feine Streife geschnitten

6 EL Sonnenblumenöl

4 Knoblauchzehen, geschält, gepresst, bzw. geschnitten

1 Dose Kokosmilch

200 ml Gemüsebrühe

1 TL Chilipulver

2 TL Kurkuma

600 gr. Tomaten, enthäutet, geviertelt, entkernt, in feine Spalten geschnitten

1/2 Bund Minze, gewaschen, trockengeschüttelt, Blätter gezupft, bis auf einige fein gehackt

1 Bund Koriander, siehe Minze

Salz, Pfeffer

Zubereitung

Sonnenblumenöl in einem Topf erhitzen. Gemüse kurz anbraten. Knoblauch dazugeben. Kokosmilch und Gemüsebrühe angießen. Mit Chili und Kurkuma würzen. Zugedeckt ca.: 20 Minuten bissfest garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Tomaten, Minze und Koriander zugeben. Gemüsecurry auf Tellern anrichten und mit den restlichen Kräuterblättern garnieren.