
Typ: Gemüse

Quelle:

Bemerkungen:

Zutaten: für 4 Portionen

1 Kilogramm Weißkohl
400 Gramm Porree
1 rote Chilischote
1 Stück frischer Ingwer (etwa 2 cm)
½ Stange Zitronengras (oder 1 Messerspitze Pulver aus dem Glas)
3 EL Olivenöl
1 Messersp. Piment
1 Messersp. gemahlener Zimt
1 Messersp. Kumin
1 TL Kurkuma
2 TL Palmzucker (oder brauner Zucker)
250 Milliliter Gemüsebrühe
3 EL Cashewkerne
1 Bund glatte Petersilie
1 Bio-Zitrone

Rezept:

Vom Kohl die äußeren Blätter und den Strunk entfernen. Kohl in feine Streifen schneiden. Porree putzen, abspülen und in Ringe schneiden. Chilischote halbieren, entkernen und fein hacken (dabei mit Küchenhandschuhen arbeiten). Ingwer schälen und fein würfeln. Zitronengras fein hacken. Öl in einem großen Topf erhitzen. Chili, Ingwer und Zitronengras darin andünsten. Piment, Zimt, Kumin, Kurkuma und Zucker dazugeben und ebenfalls kurz andünsten. Gemüse dazugeben und unter Rühren andünsten. Brühe zugießen und alles im geschlossenen Topf 10 bis 15 Minuten bei mittlerer Hitze schmoren. Cashewkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten und zum Gemüse geben. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Zitrone heiß abspülen, dünn schälen und die Schale nicht ganz fein hacken. Zitronenschale und Petersilie mischen und zum Curry reichen.