Gelbes Thaicurry mit Reis

Zutaten (für 2 Personen):

- 125 g Basmati-Reis
- 1 rote Paprika
- 1 gelbe Paprika
- 1 Bund kleine Lauchzwiebeln
- 1 Bund Zitronengras
- etwas Thaibasilikum
- 1 TL Sesamöl
- 1 TL gelbe Currypaste
- Currypulver
- Kurkuma
- Meersalz
- frisch gemahlener Pfeffer
- 200 ml Kokosmilch
- 1 Dose Wasserkastanien

Wasser zum Kochen bringen, salzen und den Basmati-Reis nach Packungsanweisung zubereiten. Das dauert 15-20 Minuten.

Währenddessen Gemüse, Zitronengras und Thaibasilikum waschen. Die Paprika halbieren, entkernen und in Streifen, die Lauchzwiebeln in Ringe schneiden. Das Zitronengras quer dritteln.

Das Sesamöl in einer Pfanne erhitzen und die gelbe Currypaste darin leicht anrösten. Klein geschnittenes Gemüse und Zitronengras dazugeben und 3 Minuten unter Rühren dünsten. Mit Salz, Pfeffer, Curry und Kurkuma würzen. Anschließend Kokosmilch und Wasserkastanien hinzufügen und auf mittlerer Flamme alles etwa 5 Minuten köcheln lassen.

Inzwischen das Thaibasilikum fein hacken. Zum Schluss das mitgekochte Zitronengras entfernen, dafür das Thaibasilikum hineingeben und nur kurz unterrühren. Das fertige Curry mit Basmati-Reis heiß servieren.

Sendung/Quelle: Die Ernährungs-Docs
Sendetermin: 18.09.2023
Koch/Köchin:

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen