

Vegane Currywurst mit scharfer Soße und Chili-Röstbrot

Zutaten für die Karotten (für 4 Personen):

- 8 mittelgroße Karotten
- 2 Zehen Knoblauch
- 0.5 TL Currypaste
- 1 TL Honig
- 4 EL Olivenöl
- 1 unbehandelte Zitrone
- Salz

Die Karotten schälen. Die Zitrone auspressen und die Schale abreiben. Den Knoblauch fein würfeln und mit Öl, Honig, Zitronensaft und -abrieb sowie der Currypaste zu einer Marinade verrühren. Die Karotten darin marinieren und bei 160 Grad Umluft für circa 15-20 Minuten in den Ofen geben. Den Sud für die Soße aufheben.

Zutaten für die Soße:

- 1 rote Zwiebel
- 150 ml passierte Tomaten
- 1 Zehe Knoblauch
- 0.5 TL Currypaste
- 1 unbehandelte Orange
- 1 cm geschälter und gewürfelter Ingwer
- 4 Tomaten
- Salz
- Olivenöl
- Honig

Die Orange auspressen und die Schale abreiben. Zwiebeln und Knoblauch pellen, würfeln und in einem Topf in etwas Öl anschwitzen. Die Currypaste hinzufügen und ebenfalls anschwitzen. Mit dem Orangensaft ablöschen und alles etwas einkochen lassen. Die passierten Tomaten dazugeben und weiter einkochen lassen. Die Tomaten entkernen, würfeln und mit dem Ingwer in die Soße geben. Mit Honig und Salz abschmecken. Den Orangenabrieb einrühren und nochmals einkochen lassen. Abschmecken und mit Karotten-Sud verfeinern.

Zutaten für das Brot:

- 4 Scheiben (nach Geschmack) Brot
- 1 frische Chilischote
- 1 Zehe Knoblauch
- 3 EL Olivenöl
- Salz

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, angedrückte Knoblauchzehe und Chilischote hinzugeben und das Brot darin goldbraun rösten. Mit Salz würzen.

Zutaten für die Petersilie:

- 0.5 Bund Petersilie
- 8 EL Olivenöl
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 frische Chili
- Salz

Die Petersilie fein schneiden und mit dem Öl vermengen. Knoblauch und Chili fein hacken unter die Petersilie geben. Mit Salz abschmecken.

Zutaten zum Anrichten:

- 4 Zweige Koriander
- Currypulver

Die Karotten auf Teller legen und mit der Currysoße übergießen. Mit Currypulver und gezupftem Koriander garnieren. Obenauf die marinierte Petersilie geben und das Röstbrot dazu servieren.

Sendung/Quelle: Mein Nachmittag

Sendetermin: 12.10.2020

Koch/Köchin: Tarik Rose

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