



GEWÜRZE
DER WELT



Rezeptkarte N° 227

Tomaten-Curry Madras



15 Minuten



20 Minuten



30 Minuten

Zutaten für 2 Personen

1 EL Ghee

1 Karotte, gewürfelt

2 Zwiebeln, in Spalten geschnitten

3 Knoblauchzehen, in Scheiben geschnitten

1 EL Ingwer, gerieben

 2 EL Bio Madras Curry

2 EL Tomatenmark

4 Tomaten, gehäutet und gewürfelt

1 kleine Dose Kokosmilch

 Meersalz

 schwarzer Pfeffer

2 EL Petersilie und Minze, gehackt

Rezept

Als Beilage zu Reis (beispielsweise unser Pilaw) ist dieses Curry ein schnell hergestellter Knüller! Das milde Madras Curry gibt den Tomaten würztechnisch ordentlich Kontra... In einer großen Pfanne das Ghee erhitzen und Zwiebeln und Karotten rösten, bis das Gemüse goldbraun ist. Knoblauch, Ingwer, Madras Curry und Tomatenmark hinzufügen und 2 Minuten weiter braten. Die Tomaten in die Pfanne geben und die Kokosmilch hinzufügen. Alles gut vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Deckel auflegen und bei geringer Hitze 15 Minuten köcheln lassen. Vor dem Servieren die gehackten Kräuter unterziehen.

Guten Appetit!