



GEWÜRZE
DER WELT



Rezeptkarte N° 27

Rotes Thai-Curry mit Ente



20 Minuten



20 Minuten



40 Minuten

Zutaten

- Erdnuss- oder Sesamöl
- 1 walnussgroßes Stück Ingwer, gehackt
- 2 Knoblauchzehen
-  **3 EL Thai-Curry, rot**
- 2 Dosen Kokosmilch à 400 ml
- 1 Prise Zucker
-  **1 EL Fischsauce**
-  **Bio Kaffir-Limettenblätter**
 - ½ Bund Thai Basilikum, gehackt
-  ½ Bund Koriandergrün, gehackt
- 1 Zucchini, gewürfelt
- 2 Karotten, gewürfelt
- 100 g** Mungobohnen- oder Sojasprossen
- 20 g** getrocknete Mu-err Pilze (2 Stunden einweichen)
- 400 g** Entenbrust

Rezept

Ingwer und Knoblauch in Öl anschwitzen, Kokosmilch, Currypulver und Kaffir-Limettenblätter dazu geben. Aufkochen und ziehen lassen. Mit Fischsauce und Zucker abschmecken. Die Haut der Entenbrust rautenförmig einschneiden, kräftig salzen und zunächst die Hautseite in einer trockenen Pfanne bei mittlerer Hitze goldbraun anbraten, dann wenden und die Fleischseite kurz anbraten. Die Entenbrust anschließend im vorgeheizten Backofen bei 120°C für 20 Minuten garen. Aus dem Ofen nehmen, in Alufolie wickeln und circa 5 Minuten ruhen lassen. Das Fleisch sollte innen noch zart rosa sein. Zucchini, Karotten, Sprossen und Pilze kurz im Entenfett ziehen lassen, mit der Currysauce ablöschen und 5-10 Minuten garen. Die Entenbrust in Scheiben schneiden, zusammen mit dem Curry und gekochtem Reis servieren. Mit Thai Basilikum und Koriander bestreuen.

Guten Appetit!