

Süßkartoffel Curry mit Kokos-Erdnuss-Sauce

Zubereitungszeit:

ca. 45 Min.

Zutaten für 10 Personen

1,5 kg Süßkartoffel
2 große Karotten
8 Frühlingszwiebel
2 Knoblauchzehen
2 EL Curry Pulver
4 TL Ras el Hanout
2 EL Tomatenmark
2 Dosen Kokosmilch
8 EL gesalzene Erdnüsse
Frischer Koriander
Piri Piri Öl
Basmati Reis



Zubereitung:

Süßkartoffel und Karotten schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Kurz in heißem Öl anbraten und bei 160 Grad im Ofen während der Zubereitung der Sauce garen.

Sauce:

Zwiebel, Knoblauch, Curry und Ras el Hanout etwa 5min in heißem Öl sanft schmurgeln lassen, bis es duftet; das Tomatenmark dazu geben und anrösten und mit der Kokosmilch aufgießen. Auf die gewünschte Konsistenz reduzieren und passieren.

Erdnüsse kurz anrösten mit der Sauce vermengen du mit Koriander und Piri Piri abschmecken.

Dazu einen Basmatireis servieren.

Weinempfehlung:

ein kräftiger Weißwein od. leichter Rotwein

Kochabend:

13. Sep, 2023 / Simon