SVG-Logo wird im PDF nicht unterstützt. Bitte laden Sie ein JPG- oder PNG-Logo in den Plugin-Einstellungen hoch.

E-Mail: info@gewuerzmuehle-rosenheim.de Tel: +49 8053 530 8384 Web: https://www.gewuerzmuehle-rosenheim.de/



Thai Curry | Weiße Bohnen | Äpfel | Rote Zwiebel

Zubereitungszeit: 5 min

Kochzeit: 35 min

Gesamtzeit: 40 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 4 Personen

Zutaten

2 Esslöffel Erdnussöl

300 g Würfel vom Apfel in ca 1 - 2 cm groß geschnitten (ohne Kerngehäuse)

150 g Zwiebelwürfel mittel fein geschnitten (0,5 cm)

2 Esslöffel Thai Currypulver

300 g Kokosmilch

250 g Weiße Bohnen gekocht

1 Limette (Saft)

Thai Basilikum

Salz

ZUBEREITUNG

1. Erdnussöl erhitzen und Apfelwürfel darin Farbe geben. Dann Zwiebel hinzugeben und kurz anschwitzen, mit dem Currypulver bestreuen, kurz einrühren und mit Kokosmilch auffüllen.

2. 3-4 Minuten leicht köcheln, Bohnen zugeben, nochmals aufkochen und 5 Minuten ziehen lassen.

3. Limettensaft zugeben und abschmecken. Mit Thai Basilikum garnieren und servieren.