

Klaus-Werner Wagner's Rezeptarchiv

Butterkürbis-Curry

Gäng Butternut

Zutaten:

2 EL Erdnussöl
1 TL Kreuzkümmel
2 rote Zwiebeln, in Spalten geschnitten
2 Selleriestangen, in Scheiben geschnitten
1 Butterkürbis, geschält, entkernt, gewürfelt
2 EL grüne Currypaste
300 ml Gemüsebrühe
3 Kaffir-Limettenblätter
2 EL frischer, gehackter Koriander oder Thai-Basilikum
evtl. etwas Meersalz

Zubereitung:

Das Öl im Wok erhitzen. Die Kreuzkümmelsamen darin unter Rühren ca. 1 Min. rösten, bis sie aufzuplatzen beginnen. Zwiebeln und Sellerie zufügen und ebenfalls unter Rühren ca. 2 Min. anbraten. Die Kürbiswürfel dazugeben und weitere 2 – 3 Min. unter Rühren garen. Nun die Currypaste, die Brühe und die Limettenblätter in den Wok geben und unter gelegentlichem Rühren so lange sanft köcheln lassen, bis der Kürbis weich ist. Den gehackten Koriander bzw. das Thai-Basilikum dazu geben, abschmecken und servieren.

Tipp:

Der Kürbis ist meistens sehr hart. Er lässt sich leichter schälen (scharfes Küchenmesser), wenn man ihn vorher in Stücke schneidet.