



Asiatische Red Curry Bowl – schmeckt garantiert allen Gästen!

Köstlicher asiatischer Streetfood – die Rice Bowl! Aus frischen Zutaten kann man ganz verschiedene Varianten zubereiten – mit Fleisch, vegetarisch und vegan.

ZUTATEN FÜR ZEHN PERSONEN

Red Curry Sauce

ZUTATEN FÜR 1 LITER

- 100 g Currypaste, rot
- 8,5 dl Kokosmilch
- 40 cl Gemüsebouillon, leicht gesalzen
- 30 cl Fischesauce
- 30 g Palmzucker aus dem Asia-Laden
- 2 Stk. Kaffirlimetten-Blätter

ZUBEREITUNG

1. Die Currypaste in einer Pfanne mit wenig Kokosmilch langsam andünsten.
2. Dann die Fischesauce und den Palmzucker begeben. Nochmals alles bei milder Hitze etwas dünsten. Die Kaffirlimetten-Blätter, dann die Gemüsebouillon und die restliche Kokosmilch begeben. Alles für 30 Minuten leise köcheln lassen.
3. Abschmecken und für die Zusammenstellung der Rice Bowl beiseitestellen.

Rice Bowl

ZUTATEN

- 200 g Reis gekocht, z.B. Jasminreis
- 80 g Proteinanteil, z.B. Satay Chicken, Rindfleisch oder gebratener Tofu, in mundgerechten Stücken
- 100 g Gemüse aus dem Wok, z.B. Brokkoli oder Gartenbohnen

ZUBEREITUNG

1. Toppings nach Belieben
Erdnüsse, leicht geröstet
Frischer Koriander und/oder Minze
Frischer Chili, in Ringe geschnitten

Anrichten

Reis, Proteinanteil und Gemüse in einer Bowl anrichten. 1 dl der roten Currysauce darüber geben. Mit Erdnüssen und den frischen Kräutern bestreuen. Chili nach Belieben dazugeben.