

Grünes Thai-Curry mit Zuckerschoten, Staudensellerie

Für 4 Personen

200 g Basmatireis	Salz	1 Fenchelknolle
1 Bund Staudensellerie	100 g Zuckerschoten	1 Kartoffel, festk.
8 Baby-Maiskolben	2 Schalotten	1 Knoblauchzehe
2 Stängel Zitronengras	10 g frischer Ingwer	2 Kaffir-Limettenblätter
50 g Tofu	2 EL Sesamöl	2 EL grüne Currypaste
500 ml Kokosmilch	3 EL Sojasauce	1 TL geröstetes Sesamöl

Duftreis in reichlich leicht gesalzenem Wasser garen.

Den Fenchel putzen, waschen und halbieren. Den harten Strunk entfernen. Den Sellerie und die Zuckerschoten putzen und waschen. Die Kartoffeln schälen und waschen.

Alle geputzten und gewaschene Gemüse in etwa 1,5 cm große Würfel/Stücke schneiden.

Die Baby-Maiskolben waschen, abtropfen und längs vierteln.

Die Schalotten schälen und in feine Ringe schneiden. Den Knoblauch schälen und andrücken. Vom Zitronengras die welken Außenblätter und die obere trockene Hälfte entfernen. Dann die Stangen mit dem Plattiereisen oder einem Topfboden andrücken.

Den Ingwer schälen und fein reiben. Die Kaffir-Limettenblätter abwaschen, trockentupfen und in feine Streifen schneiden.

Den Tofu in etwa 1,5 cm große Würfel schneiden.

Das Sesamöl im Wok oder in einer großen Pfanne erhitzen. Fenchel, Staudensellerie, Zuckerschoten, Kartoffeln und Mais darin unter häufigem Rühren andünsten.

Schalotten, Zitronengras, Ingwer und Knoblauch dazugeben und mitdünsten.

Dann die Currypaste und Tofu zugeben und kurz mitrösten.

Die Kokosmilch mit der Sojasauce angießen und das Curry etwa 5 Minuten köcheln lassen.

Den gegarten Reis abgießen, abtropfen lassen.

Das Curry mit Salz und geröstetem Sesamöl abschmecken. Den Duftreis dazu servieren.

Andreas Schweiger am 08. April 2021