

### MEIN GENUSS



## Fischcurry nach Thai-Art



#### It's a match!

Die Curry Mischung grob verleiht deinem Fischcurry den exotischen Touch!







# Zubereitung

- Zu Beginn den Reis einfach nach Packungsanweisung zubereiten.
  Anschließend die
  - äußeren harten Blätter des **Zitronengrases** entfernen und es dann in mundgerechte

Stücke schneiden. Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken, Aubergine und Kartoffeln abbrausen. Letztere schälen und beides in größere Würfel schneiden. Befreie die **Paprika-** und die **Chilischoten** von ihren Kernen sowie dem Kerngehäuse. Das Chili-Fruchtfleisch hackst du fein. Nach dem Schälen schneidest du die Karotten und die Paprika in dünne Streifen. Danach die Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden und den Fisch grob würfeln (ca. 3 cm groß).

- Nun etwas Öl in einem **Wok** oder einer tiefen Pfanne erhitzen.
  Darin die Auberginen für ca. 4 Minuten anbraten. Danach etwas
  Zucker darüber streuen und kurz **karamellisieren** lassen,
  anschließend herausnehmen.
- Erneut Öl in der Pfanne oder dem Wok erhitzen. Darin **Knoblauch, Ingwer, Chilis** und **Zitronengras** andünsten. Die Kartoffeln hinzugeben. Unsere **grobe Curry Mischung** ist ideal, um sie in einer Mühle zu einem streufähigen Gewürz zu zerkleinern. Gib die Gewürzzubereitung nach deinem persönlichen Geschmack hinzu.
- Es folgen Kokosmilch, Fischsoße und der Saft der halben Zitrone. Das Ganze zugedeckt bei milder Hitze ca. **10 Minuten** köcheln lassen. Nach etwa 5 Minuten fügst du Paprika, Karotten sowie die Frühlingszwiebel hinzu. Zum Schluss kommen die Fisch- und Auberginenstücke in das Gericht. Vom Herd nehmen und nochmals 2 Minuten ziehen lassen. Das leckere **Fischcurry nach Thai Art** mit Reis servieren.

### **Zutaten**

160 g Reis (Basmati-, Jasminoder Duftreis)

- 4 Zitronengras-Stangen
- 1 Stück Ingwer, frisch (walnussgroß)
- 4 Knoblauchzehen
- 4 Chilischoten
- 1 Zitrone
- 2 Karotten
- 2 Auberginen
- 400 g Kartoffeln
- 2 Paprikaschoten, rot
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 600 g Fischfilet (z. B. Kabeljau)
- 2 EL Öl

Curry Mischung grob

- 2 Kokosmilch-Päckchen
- 4 EL Fischsoße
- 2 EL Zucker (braun)
- 2 EL Sesamöl

Koriander

