



Süßkartoffel-Curry mit Pulled Pilz



Zutaten für 4 Personen:

- | | |
|--|--|
| <p>Curry</p> <ul style="list-style-type: none"> 1 Romanesco 1 grüne Paprika 4 – 5 kleine Süßkartoffeln 2 Möhren 1 Dose Kokosmilch 150 ml Gemüsebrühe etwas frischer Kurkuma 30 g frischer Ingwer Salz Pfeffer ggf. etwas Chili 1 Zitrone <p>Pilze</p> <ul style="list-style-type: none"> 200 g Kräuterseitlinge 1/2 TL Smokey Salt | <p>Den Romanesco in Röschen teilen, waschen und dampfgaren. Die Süßkartoffeln und Möhren waschen (n.B. schälen) und in dünnere Scheiben schneiden. Paprika waschen, entkernen und würfeln. Ingwer fein hacken. Kurkuma reiben.</p> <p>Kokosöl in einer Pfanne erhitzen und darin Paprika mit Ingwer und Kurkuma anbraten. Kartoffeln und Möhren zugeben und nach kurzem Anbraten mit Gemüsebrühe ablöschen. Nach 5 Minuten kochen mit der Kokosmilch aufgießen und weitere 15 Minuten kochen lassen bis alles etwas eindickt und gar ist.</p> <p>In der Zwischenzeit die Pilze in einen Dampfgarer geben und 10 Minuten dämpfen. Anschließend mit einer Gabel die Pilze auseinander zupfen indem Du mit der beiden Gabel hinein stichst und sie auseinander ziehst. Die Pilzstücke damm mit dem Rauchsatz würzen.</p> <p>Nun die Hälfte des Currys in einen Mixer geben und pürieren. Die Masse zurück zum Curry geben, Romanesco-Röschen und Pulled Pilz unterrühren und mit einer Zitronenscheibe servieren.</p> |
|--|--|