



Thai-Curry

Birgit weihte im Herbst die neue Mitarbeiterküche mit einer Ruck-Zuck-Mittagessen-fertig!-Aktion ein. Das Ergebnis: unbedingt zu empfehlen!

Zubereitungszeit mit Vorbereitung ca. 20 Minuten

Fleisch nach Geschmack oder Tofu
Sonnenblumen- oder Olivenöl
etwas Salz & Pfeffer
gemischtes Gemüse, frisch oder tiefgekühlt
Sojasprossen oder Bambuskeime
ein paar Blätter vom Thailändischen Zitronenblatt
Lemongras (nach dem Mitkochen wieder entfernen)
rote oder grüne Currypaste
Kokosnussmilch
Sahne oder Schmand
dazu: Reis, Nudeln oder Baguette

Zubereitung

Fleisch oder Tofu klein schneiden und in Öl anbraten - leicht würzen. Dann alle anderen Zutaten in die Pfanne oder den Topf geben, aber VORSICHT mit der Currypaste! Nachwürzen kann man immer - falls es doch zu scharf geworden ist, mit Sahne oder Schmand abmildern.

Guten Appetit!