AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
klein	30 Min.	ganzjährig	international

TINTENFISCH-CURRY



Rezept: J.-F. Mallet. Simplissime light. Hachette 2016 - Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

Pulpo ist ein Highlight für alle, die den Duft des Meeres lieben.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

1 kg	Tintenfisch	8 dl	Kokosmilch
2 EL	Currypulver	2	Zucchini
		1 Bd	Basilikum

ZUBEREITUNG

1. Den Tintenfisch mit Wasser bedecken und zum Kochen bringen. Nach 20 Min. die Herdplatte ausschalten und den Tintenfisch im Wasser auskühlen lassen. Dann in Stücke schneiden.
2. Zucchinischeiben in der Kokosmilch mit dem Curry 25 Min. bei schwacher Hitze köcheln lassen. .
3. Tintenfisch und Basilikum in die Sauce geben, kurz erwärmen, abschmecken und servieren.

TIPP: Tintenfisch ist vorgekocht erhältlich, dann erübrigt sich der erste Arbeitsschritt. Fisch muss in jedem Fall gut abspült werden.