AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
mittel	40 Min.	ganzjährig	Asien

FENCHEL-CURRY MIT CREVETTEN



Rezept und Foto: Dieter Kuhn, Wohlen

KURZ VORGESTELLT

Gemüse-Curry mit Kokosmilch - ein vielfach variierbares Basisgericht für jeden Haushalt. Suche deine Variante, scharf oder mild, mit und ohne Crevetten.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

1	Zwiebel, grosse	2.5 dl	Kokosmilch
2 EL	Butter	1 St	Zitronengras
3 Zehe	Knoblauch	1 EL	Curry
800 g	Fenchel	20	Garnelen, mittelgrosse
			Salz, Pfeffer aus der Mühle

ZUBEREITUNG

1. Zwiebel rüsten, in Streifchen schneiden und in einer grösseren Bratpfanne mit Butter anziehen. Mit feinen Knoblauch-Scheiben weiter köcheln.
2. Fenchelgrün zur Deko weglegen. Fenchelknolle rüsten, in feine Scheiben schneiden und zu den Zwiebeln geben.
3. Die Gemüsemischung 10 Min. durchziehen lassen. Dann Kokosmilch, Zitronengras (Stengel, allenfalls Pulver) und Currypulver oder -paste zugeben und köcheln bis Gemüse weich ist. Abschmecken.
4. Bratbutter in einer zweiten Bratpfanne wärmen. Knoblauch rüsten, in feinste Scheiben schneiden und anziehen. Temperatur erhöhen, Crevetten leicht salzen, kurz anbraten. Nach Belieben die Hälfte der Crevetten in das Currygericht geben, mit der zweiten Hälfte die Teller oder die Platte garnieren. Fenchelgrün hauchdünn schneiden und über das Gericht streuen.

TIPP: Zitronengras kann durch Ingwer ersetzt werden. Als Gemüse eignet sich ebenso eine Mischung aus Broccoli, Zucchetti und Karotten. Hier sind die verschiedenen Garzeiten zu beachten, dies kann man ausgleichen durch entsprechend gross geschnittene Stücke.