



## Kürbis-Kokos-Curry

Zutaten für 4-5 Personen:

650	g	Butternut- oder Hokkaido Kürbis
2	EL	Olivenöl, raffiniert
		Salz
50	ml	Olivenöl, raffiniert
150	g	Zwiebel, roter
1	TL	Garam Masala
1	TL	Kurkuma
1	MSP	Kreuzkümmel
1	MSP	Koriander
1	MSP	Cayennepfeffer
1	MSP	Zimt
2	ST	Knoblauchzehen
1	ST	Chilischote, rote
20	g	Ingwer, frische
½	Bund	Koriander (ersatzweise Petersilie)
400	g	Tomaten gewürfelt, Dose
250	ml	Kokosmilch
		Salz

Herstellung:

1. Kürbis schälen, in 2 cm große Würfel schneiden, mit Öl vermengen und dem Salz würzen.
2. Auf ein Backblech (Backpapier) geben, bei 200 °C - 30 Minuten im Rohr backen.
3. Knoblauch, Zwiebel, Chilischote, Ingwer und Korianderblätter fein hacken.
4. Zwiebel in Öl hell anschwitzen, alle Gewürze dazugeben und mitbraten, bis sie duften.
5. Knoblauch, Chilischote und Ingwer zugeben und kurz mitrösten.
6. Mit Tomatenwürfel und Kokosmilch ablöschen, 10 Minuten köcheln lassen.
7. Kürbiswürfel zugeben, mit gehackten Korianderblättern bestreuen, zu Basmati-Reis servieren.

