

# Sabines

## GENUSS-TIPP AUS



## MIESMUSCHEL GEMÜSE CURRY

### ZUBEREITUNG

Zwiebeln, Karotten, gelbe Rüben, Tomaten, Ingwer, Zitronengras, Lauch und Knoblauch klein schneiden.

Die Zutaten in einem Topf anrösten, die rote Currypaste und Tomatenmark zugeben und weiter braten. Das Ganze wird mit etwas Wasser abgelöscht um die Röstaromen zu lösen. Im Anschluss die Kokosmilch und die Limettenblätter zugeben und ca. 1 Stunde weiter köcheln lassen.

Das Curry mit dem Stabmixer durchmixen und durch ein Sieb streichen. Der Curryansatz wird dadurch schön sämig. Nach Belieben mit Stärke eindicken und mit etwas Butter vollenden.

Die Karotten, Gelbe Rüben, Lauch und Zuckerschoten in Rauten schneiden, in einer Pfanne oder einem Topf scharf anbraten, die Miesmuscheln beifügen und mit dem Curry durchschwenken.

### ZUTATEN für 4 Personen

- |                             |                   |
|-----------------------------|-------------------|
| 2 kg Miesmuschel mit Schale | 50 g Tomatenmark  |
| 3 Zwiebeln                  | 6 Limettenblätter |
| 5 Karotten                  | 1 l Kokosmilch    |
| 5 Gelbe Rüben               | Stärke            |
| 3 Tomaten                   | Butter            |
| 200 g Zuckerschoten         | Rote Currypaste   |
| 150 g Ingwer                | Kreuzkümmel       |
| 4 Stangen Zitronengras      |                   |
| 2 Stangen Lauch             |                   |
| 2 Zehen Knoblauch           |                   |

**An Guata!**

ALLE ZUTATEN DAZU FINDEST DU NATÜRLICH IN UNSERER MARKTHALLE.