

GELBES THAI-CURRY

mit Kokosmilch und Jasminreis





HELLO THAI-BASILIKUM

Schon einmal Thai-Basilikum probiert? Dann wird es heute allerhöchste Zeit! Es peppt nicht nur unser Curry auf, sondern schmeckt auch zu Fleisch besonders lecker!



braune Champignons



Karotte





Prinzessbohnen



Jasminreis



Currypaste





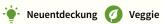


Thai-Basilikum



30 Minuten









leichter Genuss

Dass Kokosmilch, Currypaste und Limette jedem Gericht eine exotische Note verleihen, ist ja bekannt. Aber das Tüpfelchen auf dem i ist das Thai-Basilikum, das für einen anis- oder lakritzähnlichen Geschmack sorgt. Thai-Basilikum wächst übrigens auch bei uns und fühlt sich im Topf wohl. Guten Appetit bei diesem scharfen und glutenfreien Gericht.

GEHT'S

Wasche Gemüse, Obst und Kräuter ab. Erhitze 400 ml [800 ml] Wasser im Wasserkocher. Zum Kochen benötigst Du außerdem 1 kleinen Topf, ein Sieb, 1 großen Topf (mit Deckel) und 1 große Pfanne oder Wok (mit Deckel). Entdecke das gelbe Thai-Curry mit Kokosmilch und Jasminreis.



Champignons je nach Größe vierteln oder halbieren. Karotten schälen und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Enden der Prinzessbohnen abschneiden und Bohnen halbieren. Zwiebel abziehen und klein würfeln. In einem kleinen Topf 100 ml [200 ml] heiße Gemüsebrühe zubereiten.



2 REIS GARENIn einen großen Topf 300 ml [600 ml] heißes **Wasser** füllen, **salz**en, **Jasminreis** einrühren und einmal aufkochen lassen. Deckel aufsetzen und bei niedriger Hitze ca. 10 Min. weiterköcheln lassen. Dann vom Herd nehmen und 10 Min. abgedeckt ruhen lassen.



JFÜR DAS CURRY
In einer großen Pfanne ½ EL [1 EL] Öl bei mittlerer Stufe erwärmen. Zwiebelwürfel darin ca. 2 Min. glasig anbraten. 1 – 2 TL
Currypaste (Achtung: scharf!) zugeben und 1 Min. mit anbraten. Mit Kokosmilch und vorbereiteter Gemüsebrühe ablöschen und einmal aufkochen lassen. Karottenscheiben, Bohnenstücke, Champignonviertel und ½ EL [1 EL] Zucker zugeben. Hitze etwas reduzieren und abgedeckt 8 – 10 Min. weiterköcheln lassen.



WÄHRENDDESSEN
Limette halbieren. Thai-Basilikum
abzupfen und grob hacken. Chili halbieren,
Kerne entfernen und Chilihälften in feine
Streifen schneiden.



Thai-Curry nach Garzeit vom
Herd nehmen, Limettensaft nach
Geschmack dazupressen und mit Salz und
Pfeffer abschmecken.



ANRICHTEN
Jasminreis mit einer Gabel auflockern,
auf Teller verteilen und Curry darauf
anrichten. Mit gehacktem Thai-Basilikum
und Chilistreifen (Achtung: scharf!) bestreuen
und genießen.

Guten Appetit!

ZUTATEN

	2P	4P
oraune Champignons	200 g	400 g
Karotte NL	1	2
Prinzessbohnen	150 g	300 g
Zwiebel NZ	1/2 🕦	1
Jasminreis 15)	150 g	300 g
gelbe Currypaste 15)	1 TL 👁	2 TL 🐠
Kokosmilch	250 ml	500 ml
Limette BR	1/2 🕦	1
Thai-Basilikum	10 g	20 g
rote Chili	⅓ 🕦	1

Gemüsebrühe*, Salz*, Öl*, Zucker*, Pfeffer*

- * Gut ,im Haus zu haben [bei 4 Personen Menge in Klammern].
- Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

100 g	PORTION (ca. 750 g)
341 kJ/82 kcal	2682 kJ/645 kcal
4 g	32 g
3 g	23 g
10 g	74 g
2 g	13 g
2 g	15 g
1 g	7 g
1 g	2 g
	341 kJ/82 kcal 4 g 3 g 10 g 2 g 2 g 1 g

ALLERGENE

15) kann Spuren von Allergenen enthalten

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

URSPRUNGSLÄNDER

BR: Brasilien, NL: Niederlande, NZ: Neuseeland

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).





#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de

AT +43 (0) 125 300 64 06 | kundenservice@hellofresh.at

#Hello