

Rezept

Lemon-Garnelen-Curry aus Kerala

Ein Rezept von Lemon-Garnelen-Curry aus Kerala, am 27.07.2024

Zutaten

800 g rohe Garnelen (geschält)	2 rote Zwiebeln
2 mittelscharfe Chilischoten	4 Knoblauchzehen
1 Stück Ingwer (10 g)	1 Bio-Limette
2 EL Rapsöl	2 EL Tomatenmark
1 TL gemahlener Kreuzkümmel	2 TL Garam Masala
1 TL gemahlene Kurkuma	100 ml Weißwein
300 g Kokosmilch	Salz
Pfeffer	1 TL Butter
10 g Koriandergrün	

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 375 kcal

Zubereitung

1. Die Garnelen ggf. auftauen und trocken tupfen. Die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Die Chilis waschen, längs halbieren, entkernen und fein würfeln. Knoblauch und Ingwer schälen und reiben. Die Limette heiß waschen und abtrocknen. Etwas Schale abreiben und bereitstellen. Die Limette halbieren und auspressen.
2. Das Rapsöl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln, Chili, Knoblauch und Ingwer hinzufügen und bei mittlerer Hitze ca. 4Min. dünsten. Das Tomatenmark hinzugeben und ca. 2Min. anrösten. Kreuzkümmel, Garam Masala und Kurkuma dazugeben und ca. 1Min. anrösten. Die Hitze erhöhen und alles zügig mit Weißwein, Kokosmilch und dem Limettensaft ablöschen.
3. Die Currypaste mit Salz und Pfeffer abschmecken und in eine Schüssel umfüllen. Dabei darf etwas Currypaste am Pfannenboden haften bleiben. Die Butter in der Pfanne erhitzen und die Garnelen dazugeben. Von beiden Seiten ca. 3Min. anbraten. Koriander waschen, trocken tupfen und hacken.
4. Die Currypaste zu den Garnelen geben, beides vermengen und mit dem Koriander toppen.