

# Veganes Curry

Das beste Rezept für ein veganes Curry. Kichererbsen, Möhren und Brokkoli werden zu einem unwiderstehlich leckeren Curry.

etwa 4 Portionen



gelingt leicht

bis 40 Minuten



## Zutaten:

### Zutaten:

265 g Kichererbsen (Abtropfgew.)  
1 Zwiebel  
etwa 200 g Möhren  
200 g Brokkoli  
10 g frischer Ingwer  
2 EL Speiseöl  
1 TL Garam Masala  
2 TL Curry  
400 g stückige Tomaten  
400 ml cremige Kokosmilch  
125 g Dr. Oetker Creme VEGA  
Gartenkräuter  
frisch gemahlener Pfeffer  
Cayennepfeffer  
Salz  
Zitronensaft

## Wie bereite ich ein veganes Curry zu?:

### 1 Gemüse vorbereiten:

Kichererbsen auf einem Sieb unter fließendem Wasser abspülen, abtropfen lassen. Zwiebel abziehen und würfeln. Möhren schälen und in Scheiben schneiden. Brokkoli putzen, in Röschen teilen, den Stiel schälen und in kleine Würfel schneiden. Ingwer schälen und in kleine Würfel schneiden.

### 2 Curry zubereiten:

Öl in einem Topf erhitzen. Möhren, Garam Masala und Curry darin etwa 5 Min. dünsten. Brokkoli, Zwiebel, Kichererbsen und Ingwer dazugeben und weitere 5 Min. dünsten. Tomaten und Kokosmilch hinzufügen. Das vegane Curry mit Deckel kochen, bis das Gemüse gar ist, dabei gelegentlich umrühren. Gegen Ende der Garzeit die Brokkoliwürfel unterrühren.

Creme VEGA mit Kräutern unterrühren. Das vegane Curry mit den Gewürzen und dem Zitronensaft abschmecken.

### Tipps aus der Versuchsküche

- Zum veganen Curry Basmati-Reis servieren.
- Das vegane Curry mit gehacktem Koriander servieren.



# Versuchsküche

Rezepte und Tipps



© Dr. August Oetker Nahrungsmittel KG · Postfach · 33547 Bielefeld · [www.oetker.de](http://www.oetker.de) E-Mail: [service@oetker.de](mailto:service@oetker.de) · Tel. (innerhalb Deutschlands) 00800 - 71 72 73 74 (gebührenfrei)