

Veganes Gemüsecurry

Gemüsecurry in pikanter Soße mit gerösteten Erdnüssen.

etwa 4 Portionen



gelingt leicht

bis 40 Minuten



Zutaten:

Zutaten:

- 60 g Schalotten
- 250 g gelbe Paprikaschoten
- 250 g rote Paprikaschoten
- 250 g Champignons weiße
- 450 g Auberginen
- 5 EL Olivenöl
- 1 EL Tomatenmark
- Salz
- frisch gemahlener Pfeffer
- 400 ml cremige Kokosmilch
- 150 g Dr. Oetker Creme VEGA
- 125 g Currypaste z. B. Tikka-Masala-Paste
- etwa 100 g geröstete, gesalzene Erdnusskerne

1 Vorbereiten:

Schalotten abziehen und würfeln. Paprikaschoten putzen und in Streifen schneiden. Champignons putzen und in dicke Scheiben schneiden. Auberginen waschen, vierteln und in Scheiben schneiden.

2 Zubereiten:

Öl in einem großen Topf erhitzen. Schalotten und Tomatenmark darin kurz dünsten. Paprika und Auberginen hinzufügen und weiterdünsten. Mit Salz, Pfeffer würzen und mit Kokosmilch ablöschen. Mit Deckel etwa 5 Min. garen, dabei gelegentlich umrühren. Dann die Champignons zufügen und bis zur gewünschten Sämigkeit (etwa 5 Min.) garen. Creme VEGA unterrühren. Das Curry mit der Currypaste sowie Salz und Pfeffer abschmecken und mit den Erdnusskernen anrichten.

Tipps aus der Versuchsküche

- Das vegane Gemüsecurry nach Wunsch mit frischer Petersilie garnieren.
- Wer es schärfer mag, kann statt einer milden Gewürzpaste auch etwa 1 EL scharfe Tandoori-Masala-Paste verwenden.
- Zu dem veganen Curry Fladenbrot oder Reis servieren.