

RED THAI CREVETTENCURRY



Für 1 Person

Vorbereitungszeit

10 Minuten

Kochzeit

10 Minuten aktiv, 10 Minuten passiv

Menukosten ca.

Chf. 3.80

Nährwert pro Rezept

239 Kcal, 9 g Fett, 9 g KH

Zutaten

2 g Sonnenblumenöl
20 g Zwiebeln, hacken
1 g Knoblauch, hacken
1 g Ingwer, hacken
20 g Kartoffeln, würfeln
20 g Blumenkohl, feine würfel
1/2 Zitronengrasstengel, zerdrücken
0.8 g Kafirlimettenblätter, zerdrücken
150 g Kokosmilch

1 alles zusammenweichkochen
Schafmacher für die gewünschte Schärfe

100 g Crevetten
20 g Gurken, feine Streifen
10 g Sojasprossen
2 g Thaibasilikum, feine Steifen
6 g RedLine Red Thai Curry
3 g Salz
RedLine Scharfmacher

2 zugeben, aufkochen
5 Min. ziehen lassen
Schafmacher für die gewünschte Schärfe