



Thai Curry mit Pak Choi

Rezepte vom LAISEACKER



Zutatenliste (4 Portionen):

1 Pak Choi, 400 g Naturtofu, 400 ml Kokosmilch, 1 EL SojaSauce, 1 EL Stärke, 1 Zwiebel, 3 Knoblauchzehen, 1/2 Tube Thai Curry Paste, 1 bisschen Olivenöl, 1/2 Zitrone, 1 bisschen Currypulver, Senfkörner, Koriander, Kümmel, Chiliflocken, 1EL Sesam zum Garnieren

Zubereitung:

1. Den Pak Choi waschen und auf einem Küchentuch abtropfen. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen. Gleichzeitig in einem Topf etwas Öl erhitzen. Den Tofu aus der Packung nehmen und abtropfen lassen. Den Pak Choi in der Mitte der Länge nach aufschneiden und die jeweils aufgeschnittene Seite in die Pfanne legen.
2. Die Zwiebeln in den Topf geben und kurz andünsten. Knoblauch hinzugeben und kurz mitschwenken. Dann mit etwas Sojasauce ablöschen und anschließend die Curry Paste hineingeben. Alles kurz anschwitzen lassen. Die Kokosmilch in der Dose gut schütteln und dann zu der Curry Paste geben. Stärke zur Sauce hinzugeben und gut verrühren. Anschließend die Sauce kurz aufkochen lassen.
4. Den gebratenen Pak Choi aus der Pfanne nehmen und kurz beiseitestellen. In derselben Pfanne die marinierten Tofuwürfel kross anbraten. Je nach gewünschter Schärfe, kann nochmals Chili zum Tofu oder zu Sauce gegeben werden.
5. In einem Teller die Sauce anrichten und den Pak Choi darauflegen. Die gebratenen Tofuwürfel dazugeben und alles mit etwas Sesam verfeinern.

Viele weitere tolle Rezeptideen

finden Sie auf

www.laiseacker.de

Guten Appetit

