

Bohnencurry

La Mise en Place:

2 Frühlingszwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 1 Stück Ingwer, 1 Peperoncino, 1 Bund Petersilie, 400 g grüne Bohnen, Olivenöl, 1 EL rote Currypaste, 2 dl Kokosmilch

Die Vorbereitung:

Frühlingszwiebeln mit dem schönen Grün in Ringlein schneiden. Knoblauch in Scheibchen und Ingwer klein schneiden. Peperoncino und Petersilie fein hacken.

Die Zubereitung am Herd:

Bohnen über Dampf in 10 Minuten vorkochen und halbieren.

In der Bratpfanne Olivenöl erhitzen und die Frühlingszwiebeln mit dem Knoblauch und Ingwer darin unter Wenden vier Minuten andünsten. Currypaste beifügen und mitrösten. Bohnen und Kokosmilch zugeben. Noch so lange köcheln, bis die Bohnen weich sind.

Die Vollendung:

Den Peperoncino untermischen, anrichten und mit Petersilie bestreuen.

