



Gelbes Curry mit Reis

Rezept von V-ZUG AG



Zubereitung	30 Min.
Garzeit	30 Min.
Portionen	4
Gerät	CombiSteamer V6000 38 ab 2021

Gelbes Curry mit Jasmin-Reis, gleichzeitig im Ofen zubereitet. Zart gedämpftes Gemüse in einer cremigen Currysauce, vereint mit duftendem Jasmin-Reis – ein unkompliziertes Ofengericht das Farbe und viel Geschmack auf den Teller bringt.

Curry

- 500 ml Kokosmilch
- 4 EL gelbe Thai-Curry-Paste
- 1 EL Maisstärke
- 1 TL Salz
- 300 g Blumenkohl, in Röschen
- 150 g Ananas, in Würfeln
- 150 g Rüebl, in ca. 2 mm dicken Scheiben
- 1 Pak Choi, längs in ca. 2 cm breiten Stücken
- 1 Dose Kichererbsen (ca. 240 g Abtropfgewicht), abgspült, abgetropft
- 1 rote Zwiebel, in feinen Schnitzen
- 5 cm Ingwer, fein gehackt
- 1 Stängel Zitronengras, zerquetscht
- 1 Knoblauchzehe, fein gehackt
- ½ Bund Koriander, Stängel fein gehackt, Blätter beiseitegestellt
- 1 rote Chili, in Ringen

Jasmin-Reis

- 250 g Jasmin-Reis





275 ml Wasser

1 Prise Salz

1 Limette, abgeriebene Schale und Saft

1 rote Chili, in Ringen

Curry

Kokosmilch, Curry-Paste, Maisstärke und Salz in eine Auflaufform geben und mit einem Schwingbesen gut verrühren. Blumenkohl und alle Zutaten bis und mit Korianderstängel und Chili begeben, gut mischen. Form auf einem Gitterrost in den kalten Garraum schieben.

Jasmin-Reis

Reis unter fließendem Wasser abspülen, bis das Wasser klar fließt, abtropfen. Reis mit dem Wasser in eine zweite ofenfeste Form geben, neben das Curry auf den Gitterrost stellen, mit Dämpfen bei 100 °C ca. 30 Minuten garen. Herausnehmen, Zitronengras entfernen. Curry mit einem Löffel mischen, Limettenschale und –saft begeben, beiseitegestellte Korianderblätter und Chili darüberstreuen. Reis mit einer Gabel auflockern, mit dem Curry servieren.

Dämpfen 100 °C während 30 Min.

Tipps

Das Gemüse im Curry kann je nach Geschmack und Saison variiert werden.

Das Gemüse-Curry eignet sich gut, um Gemüse-Reste zu verwerten.

Zubehör

Gitterrost

1 ofenfeste Form (ca. 1 Liter Inhalt)

1 ofenfeste Form (ca. 2 Litern Inhalt)

Zusätzliche Informationen

Erstellt am

02.09.2025

