

Süßkartoffel-Spinat-Curry

Zutaten (4 Portionen):

1 EL Kokosöl
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
daumengroßes Stück Ingwer
3 EL rote Currypaste
1 EL Erdnussbutter
500 g Süßkartoffeln
400 ml Kokosmilch
200 ml Wasser
200 g Spinat oder Babyspinat
Saft einer Limette
Erdnusskerne (optional)

So wird es gemacht:

Zwiebel und Knoblauch klein hacken, Ingwer fein reiben. Süßkartoffeln schälen und in Stücke schneiden. Spinat waschen und abtropfen lassen.

Kokosöl in der Pfanne erhitzen und Zwiebel bei mittlerer Hitze braten. Nach fünf Minuten Knoblauch und Ingwer hinzufügen und eine Minute mitbraten. Currypaste und Erdnussbutter einrühren. Süßkartoffelstücke, Kokosmilch und Wasser hinzufügen und aufkochen. Bei geringer Hitze ohne Deckel ca. 25 Minuten garen, bis die Süßkartoffel weich ist. Spinat oder Babyspinat und Limettensaft hinzugeben und gut würzen.

Mit Reis servieren und nach Belieben trocken geröstete Erdnusskerne darüber streuen.