

VORWERK AUSTRIA präsentiert:

Gemüse-Korma

Portionen: 4

Arbeitszeit: 25 min

Gesamtzeit: 50 min

Zutatenliste

- 100g Cashewkerne (ungeröstet, ungesalzen)
- 1 Bund Koriander
- 2 Zwiebeln halbiert (ca. 120g)
- 2 Knoblauchzehen
- ½ frische, rote Chilischote, entkernt
- 10g frischen Ingwer, in dünnen Scheiben
- 30g Butter
- 300g Wasser
- 200g Kokosmilch
- 600g Kartoffeln (festkochend), in mundgerechte Stücke
- 200g rote Paprika, in mundgerechte Stücke
- 200g gelbe Paprika, in mundgerechte Stücke
- 200g Erbsen, TK aufgetaut
- 30g Tomatenmark
- 1 TL Curry (z.B. Madras-Curry)
- 1 TL Kreuzkümmel, gemahlen
- 1 TL Salz
- ¼ TL Pfeffer



Zubereitung

1. Cashewkerne in den Mixtopf geben, **3 Sekunden/ Stufe 7** zerkleinern & umfüllen.
2. Koriander in den Mixtopf geben, **3 Sekunden/ Stufe 8** zerkleinern und umfüllen.
3. Zwiebeln, Knoblauch, Chili und Ingwer in den Mixtopf geben, **5 Sekunden/ Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
4. Butter zugeben und **3 Minuten/ 120°C/ Stufe 2** dünsten.
5. Wasser, Kokosmilch und zerkleinerte Cashewkerne zugeben, Gareinsatz einhängen und Kartoffeln einwiegen. **Varoma-Behälter** aufsetzen, rote und gelbe Paprika und Erbsen einwiegen, Varoma verschließen und **24 Minuten/ Varoma/ Stufe 2** garen. Varoma absetzen und Gemüse in eine große Schüssel (ca. 2 Liter) umfüllen. Gareinsatz mithilfe des Spatels herausnehmen, Kartoffeln ebenfalls in die Schüssel geben und Gemüse warmhalten. Mixtopf leeren und Garflüssigkeit dabei auffangen.
6. 550g Garflüssigkeit (ggf. mit Wasser aufgefüllt), Tomatenmark, Curry, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer in den Mixtopf geben, **30 Sekunden/ Stufe 5-8 schrittweise ansteigend** pürieren. Sauce abschmecken und mit zerkleinertem Koriander zum Gemüse in die Schüssel geben. Alles verrühren, Gemüse-Korma abschmecken und z.B. mit Basmatireis servieren.

**frühjahrs
trio**

09.-10. april 2022
messe ried

guten
appetit



50
plus



familien
glück



Gutes Gelingen!