



Rezept für Möhren-Spinat-Curry mit Würzreis

750 g Spinat putzen
1 Stück Ingwer schälen und zerkleinern.
2 Zwiebeln schälen und würfeln.
750 g Möhren putzen und in Stifte schneiden.
1 TL Sonnenblumenölmit
1 TL Kardamom und dem Ingwer in einem Topf erhitzen.
200 g Reis zugeben und anbraten. Mit
400 ml Wasser ablöschen und gar kochen.
1 EL Sonnenblumenölin einem Wok erhitzen und die Zwiebeln anbräunen, die Möhren
 hinzugeben und mit
4 EL Currypulver bestäuben. Den Spinat zufügen und durchmengen. Mit
400 ml Kokosmilch ablöschen und etwa 20 Min. mit Deckel köcheln lassen. Nach Bedarf
 Flüssigkeit zugeben. Nach 10 Min.
50 g Rosinen sowie
100 g Cashewkerne und
2 TL Kardamom zugeben. Nach Bedarf salzen und pfeffern.