

Thai Curry | Weiße Bohnen | Äpfel | Rote Zwiebel

Dauer: 30 min

Schwierigkeit: Leicht

Zusatzinfos: Vegan

Zutaten für 4 Personen:

Equipment

1 Topf

Zutaten

2 EL Erdnussöl

300 g Würfel vom Apfel in ca 1 – 2 cm groß geschnitten (ohne Kerngehäuse)

150 g Zwiebelwürfel mittel fein geschnitten (0,5 cm)

2-3 EL Thai Currypulver

300 g Kokosmilch

250 g weiße Bohnen gekocht

1 Limette (Saft)

Thai Basilikum

Salz

Zubereitung

- 1 Erdnussöl erhitzen und Apfelwürfel darin Farbe geben. Dann Zwiebel hinzugeben und kurz anschwitzen, mit dem Currypulver bestreuen, kurz einrühren und mit Kokosmilch auffüllen.
- 2 3-4 Minuten leicht köcheln, Bohnen zugeben, nochmals aufkochen und 5 Minuten ziehen lassen.
- 3 Limettensaft zugeben und abschmecken. Mit Thai Basilikum garnieren und servieren.