

Thaicurry mit Meeresfrüchten

Zutaten für ca. 2-4 Portionen:

1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
500 g	Meeresfrüchte (Garnelen, Muscheln, Tintenfische....)
½ -1 TI	Currypaste (rot oder gelb)
50 ml	hellen Fond
300 ml	Kokosmilch
1	Paprikaschote
100 g	Zuckerschoten
2-3	Frühlingszwiebeln
	Erdnussöl
	Salz, Pfeffer, brauner Zucker
	Zitronensaft

Vorbereitung:

- Zwiebel schälen und in fein würfeln, Knoblauch fein schneiden.
- Meeresfrüchte entsprechend vorbereiten (Garnelen schälen, Tintenfische putzen und in Ringe schneiden, Muscheln garen und die Schalen entfernen.....).
- Paprikaschote vierteln, putzen und in Streifen (ca. ½ cm) schneiden.
- Zuckerschoten putzen und quer halbieren.
- Frühlingszwiebeln putzen und in feine Scheiben schneiden.

Zubereitung:

1. Erdnussöl in einem Wok (oder eine tiefe Pfanne) erhitzen.
Vorbereitete Meeresfrüchte kurz bei großer Hitze anbraten, aus dem Geschirr nehmen.
2. Zwiebeln und Knoblauch im Bratensatz anschwitzen, die Currypaste mitschwitzen.
3. Mit Fond und Kokosmilch ablöschen, aufkochen.
4. Vorbereitete Paprika und Zuckerschoten zugeben und „knackig“ garen, abschmecken.
5. Meeresfrüchte zugeben, kurz gar ziehen lassen.
6. Frühlingszwiebeln zugeben und servieren.