



REZEPT DER WOCHE

Würziges Palmkohlcurry

Zutaten

1-2 Bund Palmkohl
2-5 Zwiebeln
2-3 Knoblauchzehen
ggf. etwas Stangensellerie

1 Dose Kokosmilch

Salz, Pfeffer, Kurkuma, Senf

1 TL Paprikapulver, scharf
1 TL Paprikapulver, edelsüß

Saft von ½ Zitrone

Zubereitung

Den Palmkohl und ggf. Selleriestange hacken, die Stängel besonders fein schneiden.
Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein hacken.

Im Topf mit reichlich Brat-Öl (**kein** kaltgepresstes Öl) zuerst die Palmkohl-Stängel mit den Zwiebeln und ggf. Sellerie einige Minuten kräftig anbraten, dann die gehackten Palmkohlblätter und den Knoblauch dazu geben und mit reichlich Pfeffer und Kurkuma, sowie 1-3 EL Senf würzen.
Alles zusammen 10-15 min unter gelegentlichem Rühren weiter braten.

Schließlich die Kokosmilch, Zitronensaft und das Paprikapulver hinzugeben (Paprikapulver nicht vorher mit anbraten, da es bei hohen Temperaturen bitter wird), alles gut verrühren und 5 min bei geschlossenem Deckel weiterköcheln lassen. Zum Schluss ggf. mit Salz abschmecken.

Dazu schmeckt z.B. eine Scheibe Brot, Croutons, Nudeln, Reis, Kartoffeln oder auch Klöße.

Guten Appetit!