



# Curry vom Rind mit Reis

**Zubereitungszeit:** ca. 40 Minuten

## Für 4 Portionen:

2 Möhren  
2 Baby Pak Choi  
20 g Ingwerknolle  
1 Stange Zitronengras  
1 Zucchini  
2 Knoblauchzehen  
2 Zwiebeln, rot  
1 Chilischote, rot  
1 Paprika, gelb  
1 Paprika, rot  
2 Hüftsteaks (à 200 g)  
2 EL Öl  
200 g Basmatireis  
2 EL Curry-Paste, rot  
400 g Kokosmilch  
200 ml Rinderbrühe  
2 Kafir-Limettenblätter  
2 EL Zitronensaft  
2 EL Sojasoße  
2 EL Fischsoße  
½ Bund Koriander

**Utensilien:** Messer, 1 Schneidebrett,  
1 Wok, 1 Topf, 1 Sparschäler

## Zubereitung:

- 1 Möhren schälen, der Länge nach halbieren und in Scheiben schneiden. Pak Choi waschen und der Länge nach vierteln. Ingwer schälen und fein hacken. Zitronengras waschen, quer halbieren und andrücken. Zucchini waschen, der Länge nach halbieren und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Knoblauch und Zwiebeln schälen. Knoblauch hacken. Zwiebeln halbieren und in feine Scheiben schneiden. Chili waschen und in feine Streifen schneiden.
- 2 Paprika waschen, Kerngehäuse entfernen und grob klein schneiden. Steaks in ca. 2 cm dicke Streifen schneiden. Öl in einem Wok erhitzen und das Fleisch darin ca. 1 Minute unter Wenden scharf anbraten, herausnehmen und beiseitestellen.
- 3 Reis nach Packungsanweisung zubereiten. Knoblauch, Ingwer, Zwiebeln und Chili im noch heißen Bratenfett anbraten. Currypaste zugeben und kurz mitbraten. Gemüse zugeben und ca. 2 Minuten mitbraten. Mit Kokosmilch und Brühe ablöschen. Zitronengras und Limettenblätter zugeben und ca. 6 Minuten köcheln lassen. Mit Limettensaft, Sojasoße und Fischsoße abschmecken.
- 4 Koriander waschen, trocken schütteln und grob klein schneiden. Limettenblätter und Zitronengras entnehmen. Das Fleisch ca. 2 Minuten vor Garzeitende zum Curry geben. Curry in Schalen füllen und mit Koriander bestreuen. Reis dazu servieren.

**Tipp:** Das Curry lässt sich noch wunderbar durch geröstete Erdnüsse, Röstzwiebeln oder frittierte Reismudeln als Topping ergänzen. Das liefert einen wunderbaren „Crunch“.

## Einstellung TempControl:

Betriebsart: Bratstufe III  
Betriebsart: Köchelstufe  
Betriebsart: Warmhaltestufe