

Schnelles vegetarisches Curry



Zubereitungszeit **30 Minuten**
Kalorien pro Portion **326**

Zutaten für 4 Personen

60 ml Kikkoman Bio Sojasauce
125 ml Kokosmilch
4 TL Maisstärke
250 g Zwiebeln
1 TL Ingwer
1 Knoblauchzehe
2 EL Currypulver
450 g frisches Gemüse
1 Dose Kichererbsen
Mandelblättchen

1. Kikkoman Bio Sojasauce, Kokosmilch und Maisstärke in 250 ml Wasser verrühren.
2. Öl in einem Wok oder einer tiefen Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen.
3. Zwiebeln, Ingwer und Knoblauch und eine Prise Currypulver hinzugeben und unter Rühren eine Minute schmoren lassen.
4. Gemüseauswahl hinzugeben und 4 Minuten – oder bis das Gemüse ausreichend gar ist, – unter Rühren braten. Kichererbsen und Mischung aus Kikkoman natürlich gebrauter Sojasauce, Kokosmilch und Maisstärke hinzufügen und zum Kochen bringen.
5. Unter ständigem Rühren ca. 1 Minute kochen lassen, bis die Kichererbsen erhitzt sind. Mit Mandelblättchen garnieren.
6. Mit Reis und nach Geschmack mit Mango-Chutney servieren.

Guten Appetit!