



Macht Appetit auf regional!

# CURRY

## auf bayerisch-indisch

**WÜRZIGES CURRY**  
mit Kartoffel,  
Kohlrabi, Linsen, Karotte  
und Kürbis

MINDESTENS  
**50 %**  
AUS  
BAYERISCHER  
LANDWIRT-  
SCHAFT!



# Rezepte für die Gemeinschaftsverpflegung

# WÜRZIGES CURRY

100  
PORTIONEN

## Zutaten

### Currypaste

- 25 g Ingwerpaste
- 50 g Kreuzkümmel, gemahlen
- 25 g Sternanis, gemahlen
- 1 kg Massaman-Currypaste
- 1 l Rapsöl\*
  
- 2,5 kg Alblinsen, gekocht
- 5 kg Kartoffeln\*, vorwiegend festkochend, geschält und gewürfelt (2 cm)
- 2,5 kg Karotten\*, gewürfelt (2 cm)
- 3,5 kg Kohlrabi\*, grob gewürfelt (2 cm)
- 5 kg Kürbis\*, grob gewürfelt (2 cm)
- 3 kg Brokkoli\*, Reschen, blanchiert
- 2 kg Rote Zwiebeln\*, eminciert
- 10 l Kokosmilch
- 5 l Gemüsefond\*
- QS Salz, Pfeffer
- 250 g Stärke, in Wasser gelöst

## Zubereitung

- Currypaste in Öl ansautieren.
- Mit dem Fond und der Kokosmilch ablöschen. Dann die Kartoffeln zugeben. Wenn diese halb gar sind, Karotte und Kohlrabi zugeben und 3 Minuten köcheln lassen.
- Anschließend Kürbis dazugeben und die gelöste Stärke einrühren, weitere 2 Minuten köcheln lassen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.
- Zum Schluss den blanchierten Brokkoli, Zwiebeln und die Alblinsen zugeben und abschmecken.

Dazu passen gekochte Graupen oder Reis als Beilage.

\* Diese Produkte sind mit den Siegeln GQB und BBS erhältlich.

