

Curry - Möhren mit Haselnüssen und Koriander

- **Portionen:** 4-5
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 12m
- **Fertig in** 22m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '22', 'cook_time' : '12m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4-5', 'yield' : " });
```

Fleischlos, naturbelassen mit fernöstlicher Note

Zutaten

- 1 Bund gleichmäßig kleine Frühlingsmöhren, 1 kg einkaufen
- 60 g Haselnüsse in Scheibchen
- Saft 1 Zitrone
- Etwas Gemüsebrühe
- 4-5 El Olivenöl
- 1 - 2 Tl scharfes Currypulver oder etwas mehr, nach eigenem Geschmack
- ½ kleines Bündchen Koriander, gezupft
- Salz, 1 Prise Zucker

Zubereitungsart

Schritt1

Die ev. Möhren schälen (Oder auch nicht), 5 cm vom Grün stehen lassen, abspülen.

Schritt2

Rund herum in einer Stielpfanne mit Olivenöl anbraten, mit Salz, Zucker und Curry nach eigenem Geschmack würzen.

Schritt3

Deckel drauf und bei kleiner Hitze 8 - 10 min. „bissfest“ garen, schön glacieren. Ev. etwas Gemüsebrühe nach gießen, diese aber völlig reduzieren lassen.

Schritt4

Die Haselnüsse Scheibchen dazu geben, 2 min. mit schmoren.

Schritt5

Anrichtevorschlag:

Schritt6

Mit Wildreis Risotto und mit gezupften Korianderblättchen zu Tisch geben.

Rezeptart: Gemüsegerichte **Tags:** haselnüsse, koriander

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/curry-moehren-mit-haselnuessen-und-koriander/>