Hauptmahlzeit / Abendessen / Super Food / Vegan /

Green Curry mit BÜRGER Thai-Maultauschen

Manche Gerüche, Geräusche und vor allem auch Gerichte können einen in Nullkommanix in seine Kindheit zurück katapultieren. Ich habe da einige Gerichte auf meiner Erinnerungsliste. Eines davon sind definitiv BÜRGER Maultaschen - meine Mama hat sie immer in feine Streifen geschnitten und zusammen mit Zwiebeln in Butter angebraten. Anschließend wurden Eier verquirlt und über die knusprigen Maultaschen gegeben. Dieses Gericht gab es regelmäßig in meiner Kindheit und heute bereite ich es nicht selten für meine Jungs zu. Es ist das perfekte, schnelle, unkomplizierte Mittagessen. Zusammen mit einem knackigen, grünen Salat wird daraus eine ausgewogene Mahlzeit, die wir immer alle sehr genießen.

Als BÜRGER mich also fragte, ob ich ein Rezept für ihre neuen Thai-Maultaschen entwickeln möchte, lag meine Antwort natürlich ganz klar auf der Hand - LOGO!

Ich esse das BÜRGER Maultaschen Sortiment schließlich seit bestimmt 25 Jahren regelmäßig rauf und runter. Ich bin also quasi mehr als nur qualifiziert für diese Aufgabe. ;-)

Sehr gespannt, ob die schwäbischen Teigtaschen auch mit Curry und Mango gewürzt funktionieren, habe ich mich an die Arbeit gemacht.

Ich will nicht angeben, aber bei dem Curry habe ich mich wahrscheinlich selbst übertroffen. Wir haben es verschlungen! Mit Belugalinsen, Süßkartoffeln, Apfel und reichlich Gemüse bietet es die perfekte gesunde, von innen wärmende Basis. Gewürze wie Kurkuma und Cumin verleihen dem ganzen eine herrliche Tiefe.

Die Maultaschen habe ich halbiert und von allen Seiten goldbraun und richtig knusprig angebraten. Sie harmonieren perfekt mit der würzigen Sauce des Currys und lassen sich prima dort reindippen.

Zunächst dachte ich noch an Reis als Beilage, aber den vermisst hier wirklich kein Mensch.

Die Maultaschen sind eine unerwartet wunderbare, sättigende und leckere Ergänzung zum Curry.

Probiert es unbedingt aus! Ich freue mich zu hören, wie es euch gefallen hat.

//Werbung//

Zutaten für 2-3 Portionen

- 50 gr - Belugalinsen

- 200 gr - Süßkartoffel
- 400 gr - Gemüse nach Wahl
- 0.5 Stück - Äpfel
- 250 ml - Kokosmilch
- 400 ml - Gemüsebrühe
- 1 TL - Senfsamen
- 1 TL - Kurkuma
- 12 TL - Cumin
- 1 Stück - Knoblauchzehe
- 1 Stück - Ingwer
- 2 EL - Kokosöl

Zubereitung:

1. Die Süßkartoffel und das Gemüse waschen, bzw. schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Den Apfel waschen und in kleine Würfel schneiden. Die Linsen unter kalten Wasser spülen.
2. Eine Pfanne erhitzen und 1 EL Ghee oder Kokosöl hineingeben. Den Ingwer und Knoblauch schälen und über eine sehr feine Reibe reiben. Zusammen mit den Gewürzen anschwitzen. Das Gemüse, den Apfel und die Linsen dazugeben und für 2-3 Minuten anbraten.
3. Mit Kokosmilch und Brühe ablöschen.
4. Für etwa 20 min bei geringer Hitze köcheln lassen.
5. In der Zwischenzeit die Maultaschen längs halbieren, eine weitere Pfanne erhitzen und 1 EL Ghee oder Kokosöl hineingeben. Die Maultaschen auf beiden Seiten (etwa 3-4 Minuten) goldbraun braten.
6. Das fertige Curry nach Belieben mit Salz & Pfeffer abschmecken und in einem tiefen Teller anrichten. Mit den Maultaschen servieren.

Viel Spaß & Guten Appetit,
Eure Julia