

Brokkoli-Tofu Curry von Quirli

Mengen für 10 Personen

700 g Basmatireis	Im Salzwasser kochen.
250 g Zucchini (g)	Das Gemüse in verschiedene Formen schneiden. Zitronengras halbieren und fein hacken. Bambussprossen abtropfen lassen. Broccoli und Karotten bissfest vorkochen.
250 g Broccoli	
250 g Pepperoni (g)	Das Gemüse anbraten. Sobald das Gemüse gar ist, den Tofu und die Currypaste, das Lemongras, die Kokosnussmilch und den Bouillon begeben. Abschmecken und das Curry separat mit dem Reis und den Saucen servieren
250 g Rüeblli	
500 g Tofu	
1.0 Stück Zitronengrasstängel	
1.0 g Sojasprossen	BAMBUSSPROSSEN
5.0 dl Kokosmilch	
5.0 dl Bouillon (flüssig)	
200 g Rote Currypaste	Mildes Curry
1.0 dl Sojasauce	Gleiche Menge Mango Chutney, Scharfe Chilisauce.