

Brokkoli-Erdnuss-Curry

Zutaten:

- 1 Brokkolistrunk
- 1 Dose geschälte oder gehackte Tomaten
- 1-2 Zwiebeln
- 1 EL Erdnussbutter
- 1 TL Kreuzkümmel gemahlen
- 2 TL Currypulver
- 1 TL Kurkuma
- 1/2 TL Zimt
- 1 kleine Chilischote
- 1 Becher griechisches Joghurt

Eine Handvoll gehackte ungesalzene Erdnüsse zum Bestreuen.

Zubereitung:

Die Zwiebel klein schneiden, und die Chilischote fein hacken. Kreuzkümmel und Zwiebel in etwas Öl kurz anrösten, bis die Zwiebeln goldig sind, dann den Chili dazugeben. In der Zwischenzeit den Brokkoli in mundgereichte Stücke zerteilen und waschen. Anschließend ebenfalls in die Pfanne geben und kurz mitrösten. Die Zwiebel und den Brokkoli mit den Dosentomaten aufgießen und köcheln lassen, bis der Brokkoli bissfest gegart ist. Die restlichen Gewürze unterrühren, und alles nochmal kurz gemeinsam köcheln lassen. Die Erdnussbutter und das Joghurt unterrühren und kurz mitwärmen.

Auf Tellern mit Basmatireis bzw. Naan- oder Fladenbrot anrichten, die gehackten Erdnüsse drüberstreuen.