

# GEMÜSECURRY MIT GERÖSTETEM TEMPEH

Kategorie: VEGETARISCH



## Zutaten für 1 Portion:

- 100 g Ananas
- 100 g Brokkoli
- 100 g Zuckerschote
- 0.5 Stück Paprika (rot)
- 150 ml Kokosmilch
- 1 Teelöffel Curry
- 1 Prise Zitronengras
- 1 Esslöffel Sojasauce
- 150 g Tempeh (Soja)
- 1 Esslöffel Kokosöl
- 1 Prise Salz

---

## ZUBEREITUNG:

Die geschälte Ananas würfeln, den Brokkoli, die Zuckerschoten und die Paprika in mundgerechte Stücke schneiden. Den Tempeh in Scheiben schneiden und diese in der Pfanne (oder im Wok) mit etwas Kokosfett goldbraun rösten und anschließend beiseite stellen.

Nun Brokkoli und Paprika in Kokosfett garen. Zuckerschoten und Ananas kommen zum Schluss hinzu. Kokosmilch, Sojasauce und Gewürze verrühren und mit in die Pfanne geben. Alles unter Rühren kurz aufkochen und mit dem gerösteten Tempeh garniert servieren