

# ERDNUSS-CURRY

- lecker Vegi

## MIT OFEN-MELANZANI

4 Personen / leicht / 50 Minuten /// p. P. 468 kcal, Fett 40 g, KH 13 g, EW 9 g

### ZUTATEN

- 4 Melanzani
- 2 EL Kokosöl
- 1 TL Garam Masala
- 1 EL Kokosöl
- 1 Schalotte
- 1 EL Erdnussbutter (ungesüßt)
- 40 g rote Currypaste
- 200 ml SPAR Vital Bio-Kokosmilch
- 50 g geröstete Erdnüsse
- Sprossen, (Thai-)Basilikum & Koriandergrün nach Geschmack

### ZUBEREITUNG

**01** Backofen auf 180° C vorheizen. Melanzani halbieren, kreuzweise einschneiden und salzen. Kokosöl erhitzen und mit Garam Masala verrühren. Die Melanzanihälften damit bestreichen und für 30–40 Minuten im Ofen garen.

**02 Curry:** Kokosöl in einer tiefen Pfanne oder einem Topf erhitzen. Fein geschnittene Schalotte darin anschwitzen. Erdnussbutter sowie Currypaste hinzugeben und verrühren. Nach ca. 3 Minuten ständigem Rühren



Die SPAR Vital Bio-Kokosmilch wird ohne Zuckerzusatz hergestellt und hat einen fruchtig-exotischen, leicht süßlichen Geschmack.

mit Kokosmilch aufgießen und für weitere 10 Minuten leicht simmern lassen. Mit Salz abschmecken.

**03** Die Melanzani auf Tellern anrichten und die Sauce darauf verteilen. Mit Erdnüssen, Sprossen und Kräutern garnieren.

