



Kürbis-Wirsing-Curry mit Udon-Nudeln

Petersilienwurzeln schälen, die dickere Hälfte der Länge nach halbieren und die Wurzeln in Scheiben schneiden. Die Zwiebel in Würfel, Knoblauch und Ingwer in feine Würfel schneiden. Die Süßkartoffeln schälen und in ca. 2 mal 2 cm große Würfel schneiden. Den Kürbis in ca. 2 cm breite Spalten schneiden und schräg dritteln. Den Lauch in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Den Wirsing vom Strunk befreien und in ca. 1 cm breite Streifen schneiden. Die Chilischoten entkernen und in feine Streifen schneiden.

Zwiebeln und Knoblauch im Öl glasig anschwitzen. Süßkartoffeln, Kürbis und Petersilienwurzeln dazugeben und kurz mit schwitzen. Mit Kokosmilch und Brühe ablöschen. Sternanis und Koriander in einen Teefilterbeutel füllen, zubinden. Zusammen mit Limettenblättern und Zitronengras hinzufügen. Leicht salzen und mild köcheln lassen, bis die Gemüse al dente, jedoch keineswegs zerkoht sind. Dann die Hälfte Lauchringe und Wirsing hinzufügen, ca. 5 bis 10 Minuten mitschmurgeln lassen. Korianderstiele fein hacken und ebenfalls dazugeben. Korianderblätter grob hacken, beiseitestellen. Die andere Hälfte der Lauchringe und die zweite



Hälfte Wirsing in geklärter Butter getrennt kräftig anrösten, sie sollen ruhig Bratspuren bekommen, denn das verleiht ihnen eine „zweite“ Geschmacksdimension. Zum Curry geben. Mit Sojasauce, Teriyakisauce, Limettensaft und Currypaste würzen, 5 Minuten ziehen lassen. Gewürzsäckchen, Zitronengras, und Limettenblätter herausfischen. Korianderblätter unterheben, nochmals abschmecken.

Pankobrösel in Butter bräunen, abkühlen lassen. Gerösteten Sesam, Schwarzkümmel und Limettenabrieb untermischen. Nudeln nach Anweisung garen und zum Curry servieren. Mit den Würzbröseln bestreuen. Mit Korianderblättchen garnieren.

Zutaten

Für 6 bis 8 Portionen

Menge	Zutat
3	Petersilienwurzeln
½	Hokkaidokürbis
2	Süßkartoffeln (ersatzweise Kartoffeln)
3	rote Zwiebeln
½	Wirsing
2 Stangen	Lauch
2 Zehen	Knoblauch
3 bis 4 EL	Rapsöl
1 bis 2 TL	Gelbe Currypaste
2	Sternanis
10	Kaffir-Limetten-Blätter (TK, Asialaden)
2 Stangen	Zitronengras
1 Bund	Koriander (vorzugsweise mit Wurzeln, Asialaden)
1 TL	Koriandersaat
250 ml	Kokosmilch
250 ml	Gemüsebrühe
3 EL	Sojasauce
2 EL	Teriyakisauce
1 daumengroßes Stück	Ingwer
1	Bio-Limette (oder Zitrone)
500 g	Udon-Nudeln (ersatzweise andere Asia-Nudeln)
4 EL	Pankobrösel (ersatzweise grobe Semmelbrösel)
1 TL	Schwarzkümmel
2 TL	geröstete Sesamsaat
	Salz, Pfeffer