

Indonesisches Jackfruit Rendang

Ein Rezept von Elisa Brunke



Zutaten für 2 Personen:

1 Schalotte, fein gehackt
375 g Hokkaido-Kürbis, in Würfeln
2 Dosen JACKY F. Junge Bio-Jackfruit
25 g Kokosraspeln
200 g Tempeh
1 EL Kokosöl
2 EL gelbe Currypaste
150 ml Kokosmilch (Vollfett)
450 ml Kokosdrink
2 Kaffir-Limettenblätter (optional)
1-2 TL Tamarindenpaste
125 g Basmatireis

Und so geht's:

1. Jackfruit absoülen und abtropfen lassen, etwas auseinanderzupfen. Tempeh in 8 Würfel schneiden.
2. Kokosraspeln in einer Pfanne ohne Fett goldgelb anrösten und beiseite nehmen.
3. 1 TL Kokosöl in derselben Pfanne erhitzen und Tempeh beidseitig etwa 10 Minuten goldbraun anbraten.
4. Reis nach Packungsangabe zubereiten.
5. Restliches Öl in einem Wok erhitzen. Schalotte 5 Minuten anschwitzen, dann Currypaste für 2 Minuten mitrösten. Kürbis, Jackfruit und Limettenblätter zugeben und gut durchmischen. Mit Kokosmilch und -drink ablöschen, aufkochen und 20 Minuten köcheln lassen. Für die letzten 5 Minuten Tempeh zugeben. Zuletzt Kokosraspel zugeben und mit Tamarindenpaste abschmecken - wer mag, gibt noch einen Spritzer Agavendicksaft oder Ahornsirup dazu.