



Madras Curry-Paste

**DIREKT
VOM
FELD**

Zubereitung &
Verwendung



Zutaten

- 2 mittlere Zwiebeln
- 2 Knoblauch-Zehen
- 2 Stücke Ingwer (daumengroß)
- 1 EL Sojasoße
- 1/2 Zitrone (Saft)
- 1 TL Rohrzucker
- 1 EL Tomatenmark
- 1,5 EL Energie Masala**
- 1 Le Kurkuma**
- 1 TL Baskischer Chili / Cayenne-
pfeffer**



Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer kleinschneiden, dass es der Mixer/Häcksler verarbeiten kann. **Energie Masala** zusammen mit Zitronensaft, Zucker, Soja-Sauce, Tomatenmark, **Baskischen Chili** und **Kurkuma** in den Mixer geben. Alles kurz pürieren/häckseln. Bei Bedarf mit einem Schluck Wasser strecken, zur leichteren Verarbeitung.

Einmal angesetzt kannst du die Paste ca. 2 Wochen im Kühlschrank lagern. Einfach Öl in die Pfanne geben, Gemüse hinzu und 1-2 EL der Curry-Paste rein - dann etwas Kokosmilch & zack fertig!