

Wirsingkohl-Curry

Zutaten für 6 Personen

1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
30 g frischer Ingwer
(1 rote Chilischote) falls gewünscht
1 säuerlicher Apfel
1 mittelgroßer Kopf Wirsingkohl (Möglich ist auch Chinakohl oder Karfiol)
500 g Erdäpfel
2 Esslöffel Butterschmalz
4 Esslöffel mildes Currypulver
1 Teelöffel Garam Massala Gewürzmischung (Falls nicht erhältlich, die wichtigsten Bestandteile sind Kreuzkümmel, Korianderkörner, Zimt, Neugewürz und Kardamom)
500 ml Gemüsebrühe 150 ml Obers,
Salz Pfeffer

Zubereitung

1. 1 Zwiebel und 1 Knoblauchzehe fein würfeln. Frischen Ingwer schälen und reiben. 1 rote Chilischote in feine Ringe schneiden. 1 Apfel schälen, vierteln entkernen und in kleine Würfel schneiden. Wirsing putzen, vierteln und den harten Strunk keilförmig herausschneiden und dann in 1 cm breite Streifen schneiden. Erdäpfel schälen und in 2 cm große Stücke schneiden.

2. Garam Massala in einem Topf erhitzen. Wenn er anfängt zu duften, Butterschmalz hinzufügen. Zwiebeln, Knoblauch, Ingwer, Chili und Äpfel darin 3 Min. dünsten. Wirsing und Erdäpfel zugeben und 3 Min. mitdünsten. Gemüse mit dem Currypulver bestäuben und kurz mitdünsten. Die Gemüsebrühe zugießen, aufkochen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 20 Min. kochen. 5 Minuten vor Kochende Obers hinzufügen.