

Grüner Spargel in Thai-Curry

400 g	grüner Spargel
½ Stange	Lauch
2 EL	Öl
400 g	Champignons
300 g	Möhren
200 g	TK-Erbсен
400 ml	Kokosmilch
4 cm	Ingwer
2 EL	Curry
1 TL	Kokosblütenzucker
1 EL	Zitronensaft
	helle Sojasauce
1 Tasse	Basmatireis



Spargel im unteren Drittel schälen, holzige Enden abschneiden, in 4 cm-Stücke schneiden,
Lauch in dünne Ringe schneiden,
Champignons in Scheiben schneiden,
Ingwer fein würfeln,
Möhren mit der Küchenmaschine in Julienne-Streifen schneiden

Reis rechtzeitig aufsetzen.

Öl mit Curry im Wok erhitzen,
Lauch und Spargel darin anbraten,
Champignons, Möhren und Ingwer zugeben, weiter braten,
Erbсен und Kokosmilch zugeben,
Mit Kokosblütenzucker und Zitronensaft verfeinern.
Alles ca. 5 Min köcheln lassen,
mit etwas Salz oder heller Sojasauce abschmecken.

Dazu: Reis