



KAUFHAUS
Rauscher
SEIT 1952

Spargel Curry



Zutaten für 4 Portionen:

400 g grüner Spargel
1/2 Bund Frühlingszwiebel
500 g Putenbrustfilets
1 EL Mehl
1 EL Currypulver
250 ml Schlagobers
1/2 EL Suppenwürze
3 Karotten
1 Knoblauchzehe
Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Spargel eventuell waschen und die holzigen Enden abschneiden. Die Suppenwürze in einen Topf Wasser geben und den Spargel darin koch lassen, bis er bissfest ist. Aus dem Wasser nehmen und in mundgerechte Stücke schneiden. Das Kochwasser zur Seite stellen.

Die Frühlingszwiebel klein schneiden und in einer Pfanne kurz anbraten lassen. Die Putenbrust ebenfalls klein schneiden und in die Pfanne geben. Alles gut anbraten. Mehl und Currypulver dazu geben und rösten lassen. Mit dem Schlagobers und 250 ml des Spargelkochwassers aufgießen.

Die Karotten schälen, in kleine Stücke schneiden. Den Knoblauch pressen. Beides in die Pfanne geben und kochen lassen, bis die Karotten bissfest sind und alles etwas eindickt.

Den Spargel in die Pfanne geben, noch einmal durchziehen lassen. Bei Bedarf mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Mit Reis oder Nudeln servieren.

Tipp:

Die Karotten können gerne durch Tiefkühlgemüse ersetzt werden.