

EPISODE 26 - BRATWURSTEINTOPF MIT CURRY SAUCE

Zutaten für 6 Portionen:

1 Zwiebel in Spalten geschnitten
1 Karotte in schräge Streifen geschnitten
1 rote Paprika in Streifen geschnitten
1 kleine Zucchini in schräge Streifen geschnitten
250 g Pilze geviertelt
300 g Brokkoliröschen
1 kleiner Chinakohl in Streifen geschnitten
800 g grobe Bratwürstchen in mundgerechte Stücke geschnitten
2 große Knoblauchzehen zerkleinert
2 TL getrockneter Thymian
4 EL Currypulver
1 TL Kreuzkümmel
1 TL Ingwerpulver
6 EL Speisestärke
500 ml Milch
2 EL Sesamöl
3 EL helle Sojasauce
100 ml Sherry
Salz, Pfeffer
700 ml Wasser
2 TL Hühnersuppenpulver

Rezept:

Etwas Olivenöl in einem großen Topf erhitzen
Füge die Zwiebel hinzu und brate sie leicht an
Mache das Gleiche mit den Karotten, Paprika und Knoblauch
Füge die Würste hinzu und braten Sie kurz
Füge die Zucchini, die Pilze und den Brokkoli hinzu und durchrühren
Thymian, Currypulver, Kreuzkümmel und Ingwer zugeben und durchrühren
Füge das Hühnersuppenpulver hinzu und durchrühren
Füge den Sherry, Wasser und Milch hinzu und durchrühren
Mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken
Sojasauce, Sesamöl und Kohl dazugeben und durchrühren
Das Speisestärke mit etwas kaltem Wasser vermischen und in den Topf geben und durchrühren
Aufkochen
Wenn nötig, füge mehr Speisestärke mit kaltem Wasser hinzu, um die gewünschte Konsistenz zu erreichen