



Grünkohleintopf indisch

Zutaten für 4 Personen:

2 große Zwiebeln
2 EL Speiseöl
10 g Ingwer
2 TL Currypulver

1 kg tiefgefrorener Grünkohl
400 ml Kokosmilch
2 TL Salz
500 g Süßkartoffeln

Zubereitung:

Grünkohl auftauen lassen.

Öl in einem Topf erhitzen, gehackte Zwiebeln zufügen und anschwitzen. Ingwer schälen, fein raspeln, mit dem Curry zu den Zwiebeln geben und kurz mit dünsten. Grünkohl ausdrücken, zufügen und ebenfalls andünsten. Kokosmilch, Salz zugeben und ca. 15 Minuten kochen.

In der Zwischenzeit Süßkartoffeln schälen, in ca. 1 ½ x 1 ½ cm große Würfel schneiden, mit 200 ml Wasser zum Grünkohl geben und ca. 20-25 Minuten weitergaren, evtl. nachwürzen.