



Tagliatelle mit Kokos-Möhren-Curry

Zeit gesamt
40min

Zubereitungszeit
40min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Karotten	400 g
Aprikosen, frisch	100 g
Cashewkerne	100 g
Ingwer, frisch	10 g
Knoblauchzehen	2 St.
Zwiebeln, gelb	1 St.
Sonnenblumenöl	2 EL
Currypulver	1 TL
Kokosnussmilch	400 ml
Gemüsebrühe	250 ml
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Tagliatelle, frisch	500 g
Koriander, frisch	30 g
Radicchio	1 St.

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf, mittlere Pfanne

1. Karotten schälen, Enden entfernen und in feine Scheiben hobeln. Aprikosen waschen, halbieren, Kerne entfernen und fein würfeln. Cashewkerne grob hacken. Ingwer und Knoblauch schälen und fein hacken. Zwiebel halbieren, schälen und würfeln.
2. In einer Pfanne Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Zwiebeln darin ca. 1–2 Min. glasig dünsten. Karottenscheiben zugeben und ca. 2 Min. mitbraten. Aprikosen und Cashewkerne zufügen, alles mit 1 TL Curry bestäuben und 1 Min. unter Rühren anschwitzen.
3. Mit Kokosmilch und Brühe ablöschen, aufkochen und mit Salz und Pfeffer würzen. Zugedeckt ca. 10 Min. garen, dabei gelegentlich umrühren und bei Bedarf mehr Brühe zufügen.
4. Inzwischen in einem Topf 4 l Salzwasser abgedeckt zum Kochen bringen und die Pasta darin 9–10 Min. bissfest garen. Inzwischen Koriander waschen, trocken schütteln und Blättchen von den Stielen zupfen.
5. Radicchio waschen, Strunk entfernen und in feine Streifen schneiden. Etwa 2 Min. im Curry zusammenfallen lassen. Curry mit Salz und evtl. mehr Currypulver abschmecken. Nudeln abgießen und abtropfen lassen. Tagliatelle und Curry mit Korianderblättchen bestreut servieren.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	884 kcal
Kohlenhydrate	122 g
Eiweiß	23 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	35 g