



THUNFISCHCURRY MIT WILDREIS

Begib dich auf eine exotische Geschmacksreise mit unserem Thunfischcurry!

ZEITSCHÄTZUNG
10 MIN

SCHWIERIGKEIT
SUPER EASY

ERNÄHRUNG
ALLESESSER

DAS BRAUCHST DU

Für 2 Personen:

- 1 Simply Good Wok mit Kichererbsen
- 400g Thunfischfilet roh
- 1 TL Kokosfett
- 1 Dose Kokosnussmilch
- 1 EL Rote Curry Paste
- 1 Stängel Zitronengras
- 1 Limette
- 1 Tasse gekochter Wildreis
- Salz & Pfeffer

SO GELINGT'S DIR

1



Kokosfett in einer Pfanne erhitzen und Wok mit Kichererbsen kurz darin anschwitzen.

2



Mit Kokosmilch ablöschen.

3



Curry Paste unterrühren.

4



Zitronengras in dünne Streifen schneiden und zum Curry geben.

5



Wok beiseite stellen und Thunfisch in ca. 5cm x 5cm große Stücke schneiden.

6



Thunfisch in einer Pfanne kurz anbraten, so dass dieser innen noch roh ist und liebevoll anrichten.

7



Curry garnieren und mit Wildreis genießen.