



hr1-DOLCE VITA

Nigel Slater

## **Pastinaken, Cashewkerne, Gewürze**

für 2 Personen

### **ZUTATEN:**

500 g Pastinaken	2 TL gemahlener Koriander
2 mittelgroße Zwiebeln	2 TL Currypulver
2 Zehen Knoblauch	1 Dose à 400 g Kokosmilch
4 EL Erdnussöl	200 g junger Spinat
2 TL gemahlene Kurkuma	75 g geröstete Cashewkerne
2 TL gemahlener Cumin	1 milde rote Chilischote

### **ZUBEREITUNG**

Pastinaken, Zwiebeln und Knoblauch schälen. Die Pastinaken in große Stücke, die Zwiebeln in Würfel und den Knoblauch in Scheiben schneiden.

Das Öl in einem Topf erhitzen. Die Pastinaken und Zwiebeln 15 bis 20 Minuten unter Rühren darin anbraten, bis sie ein wenig Farbe angenommen haben. Den Knoblauch zugeben und kurz mitbraten, dann die Gewürze unterrühren und 1 bis 2 Minuten mitgaren. Die Kokosmilch zugießen, zum Kochen bringen, dann die Temperatur herunterschalten.

Den Spinat waschen, die noch nassen Blätter in einen Topf legen und einen dicht schließenden Deckel daraufsetzen. Bei hoher Temperatur 1 bis 2 Minuten dämpfen, bis die Blätter zusammenfallen. Herausnehmen und ausdrücken. Die Spinatblätter zusammen mit den Cashews und der Chili in einem Standmixer zerkleinern und unter das Curry ziehen. Abschmecken und servieren.

### Tipps:

- Viel erdige Süße. Die Chili liefert einen kleinen Kick, der aber nicht stark genug ist, um die tröstlichen Eigenschaften dieses Gerichts zu überlagern.
- Ich finde, hier ist Reis gefragt, und zwar ganz einfacher. Salz, Zitronenschale und vielleicht ein wenig gehackter Koriander – mehr Gewürze braucht er nicht.

Rezept aus dem Buch:

**Nigel Slater**

**Greenfeast: Herbst / Winter (Das kleine Buch der grünen Küche, Band 2)**

DuMont Buchverlag

ISBN 978-3832199746