

# Cashew - Gemüse - Indisch



**2 EL Öl** (Erdnussöl)  
**2 Zehe/n** Knoblauch, zerdrückt  
**¼ TL** Koriander, gemahlen  
**2 TL** Kümmel, gemahlen  
**1 TL** Kurkuma  
**2 cm** Ingwer-Wurzel frisch, fein gehackt  
**2** Kartoffel(n)  
**2** Auberginen in 1 cm große Würfel geschnitten  
**1** kleiner Blumenkohl, in Röschen zerpfückt  
**100 g** Bohnen, grüne, in 2 cm große Stücke geschnitten  
**1** Peperoni, grüne, sehr fein gehackt  
**175 ml** Kokosmilch  
**450 g** Tomate(n), geschält und gehackt  
Salz  
Pfeffer, aus der Mühle  
**100 g** Cashewnüsse, geröstet  
Reis  
Joghurt, zum Servieren  
Koriandergrün, zum Garnieren

Knoblauch, Gewürze und gehackten Ingwer 3-4 Minuten im heißen Öl braten, bis alles weich, aber nicht braun ist. Kartoffeln 5 Min. kochen, in Würfel schneiden. Mit Gemüse und Peperoni zu den Gewürzen geben. 7-10 Minuten braten, gelegentlich umrühren. Kokosmilch und Tomaten zugeben. Abschmecken, 15-20 Minuten köcheln lassen. Cashewkerne in das Gemüse geben, auf einer Platte im Reisbett anrichten. Mit dem Korianderzweig garnieren, mit Joghurt servieren.