

REZEPTKAPITEL

06 VEGETARISCH & VEGAN

30 FISCH & MEERESFRÜCHTE

46 GEFLÜGEL & FLEISCH

- 04 Die Autorin
- 05 Blitzrezept: Weiße-Bohnen-Curry
- 10 Coverrezept
- 60 Register
- 62 Impressum

REGISTER

Vegetarische Rezepte, die im Buch mit einem ♡ gekennzeichnet sind, sind hier grün abgesetzt.

A

Ananas-Garnelen-Curry 34
Apfel: Putencurry mit Apfel 52

Auberginen

Curry mit Thai-Auberginen 23
Rotes Thai-Curry mit Hähnchen und Gemüse 51

Austernpilze: Curry mit Austernpilzen 14

B

Bananen-Kokos-Currysuppe 24

Blumenkohl

Blumenkohl-Erbsen-Curry 17
Curry-Reis mit Dip 29

Bohnen

Bohnen-Tomaten-Curry 16
Veganes Korma-Curry 08
Weiße-Bohnen-Curry 05

Brokkoli: Grünes Gemüsecurry 22

C

Champignons

Rotes Thai-Curry mit Hähnchen und Gemüse 51
Tom-Kha-Gai-Suppe 57
Tom-Yang-Gung-Suppe 43
Curry mit Austernpilzen 14

Curry mit Thai-Auberginen 23

Curry-Reis mit Dip 29

E

Eiercurry 11

Erbsen: Blumenkohl-Erbsen-Curry 17

F

Fischfilet

Garnelen-Fisch-Curry 39
Grünes Thai-Fischcurry 45
Rotes Thai-Fischcurry 44
Scharfes Fischcurry mit Kirschtomaten 32

Fruchtiges Mangohuhn 48

G

Galgant: Tom-Yang-Gung-Suppe 43

Garnelen

Ananas-Garnelen-Curry 34
Garnelen-Fisch-Curry 39
Grünes Thai-Fischcurry 45
Tom-Yang-Gung-Suppe 43
Gemüse-Fisch-Curry 35
Grünes Gemüsecurry 22
Grünes Thai-Fischcurry 45

H

Hackfleisch-Pakchoi-Curry mit Mango 55

Huhn

Fruchtiges Mangohuhn 48
Grünes Hühnchencurry 59
Rotes Thai-Curry mit Hähnchen und Gemüse 51
Tom-Kha-Gai-Suppe 57

I

Ingwer

Eiercurry 11
Gemüse-Fisch-Curry 35

Grünes Hühnchencurry 59

Kartoffel-Kichererbsen-Curry 12

Kichererbsencurry 10
Kürbissuppe mit Kürbis-kern-Crunch 27

Palak Paneer 09
Putencurry mit Apfel 52
Rote-Linsen-Dal 28
Scharfes Fischcurry mit Kirschtomaten 32

K

Kartoffeln

Kartoffel-Kichererbsen-Curry 12
Veganes Korma-Curry 08

Kichererbsen

Kartoffel-Kichererbsen-Curry 12
Kichererbsencurry 10
Rosenkohlcurry 21
Kürbis-Linsen-Curry 15
Kürbissuppe mit Kürbis-kern-Crunch 27

L

Lachs

Lachscurry mit Blattspinnat 40
Mango-Kokos-Fischcurry 37
Lamm mit grünem Pfeffer 56

L
Lauch
Bananen-Kokos-Curry-suppe 24
Bohnen-Tomaten-Curry 16
Lauch-Linsen-Curry mit Erdnussmus 18

Linsen
Kürbis-Linsen-Curry 15
Lauch-Linsen-Curry mit Erdnussmus 18
Rote-Linsen-Dal 28

M
Mango
Fruchtiges Mangohuhn 48
Hackfleisch-Pak-choi-Curry mit Mango 55
Mango-Kokos-Fischcurry 37
Möhre
Gemüse-Fisch-Curry 35
Rote-Linsen-Dal 28

P
Pak choi: Hackfleisch-Pak-choi-Curry mit Mango 55
Palak Paneer 9
Paprika
Lamm mit grünem Pfeffer 56
Rindfleisch-Paprika-Curry 58
Rotes Thai-Curry mit Hähnchen und Gemüse 51
Pfeffer, grüner: Lamm mit grünem Pfeffer 56
Putencurry mit Apfel 52
Putencurry mit Tomaten 53

R
Reis
Curry-Reis mit Dip 29
Kichererbencurry 10
Rindfleisch-Paprika-Curry 58
Rosenkohlcurry 21
Rotbarsch
Gemüse-Fisch-Curry 35
Tomaten-Fisch-Curry 38
Rote-Linsen-Dal 28
Rotes Thai-Curry mit Hähnchen und Gemüse 51
Rotes Thai-Fischcurry 44

S
Scharfes Fischcurry mit Kirschtomaten 32
Spargel: Grünes Gemüsecurry 22
Spinat
Lachscurry mit Blattspinat 40
Palak Paneer 09
Scharfes Fischcurry mit Kirschtomaten 32
Staudensellerie: Gemüse-Fisch-Curry 35
Süßkartoffelcurry 20

T
Tomaten
Bohnen-Tomaten-Curry 16
Eiercurry 11
Garnelen-Fisch-Curry 39
Kichererbencurry 10
Palak Paneer 09
Putencurry mit Tomaten 53
Rindfleisch-Paprika-Curry 58

Rote-Linsen-Dal 28
Scharfes Fischcurry mit Kirschtomaten 32
Süßkartoffelcurry 20
Tomaten-Fisch-Curry 38
Tom-Yang-Gung-Suppe 43
Tom-Kha-Gai-Suppe 57
Tom-Yang-Gung-Suppe 43

V/W
Veganes Korma-Curry 08
Weiße-Bohnen-Curry 05

Z
Zucchini: Rotes Thai-Curry mit Hähnchen und Gemüse 51
Zuckerschoten
Curry mit Thai-Auberginen 23
Grünes Gemüsecurry 22