



MITKOCH - AKTION

Gelbes Gemüse-Curry

*** Zutatenliste ***

- 50-60ml Bratöl
- 50g Sellerie
- 100g Lauch
- 150g Kohl
- 200g Karotten
- 250g lila/blauere Kartoffeln (Tipp: blaue Annelise)
- 200g Broccoli
- 200ml Gemüsebouillon
- 400ml Kokosnussmilch
- 2-3 (Kaffir-)Limettenblätter
- 50g gelbe Curry-Paste
- 50g Mangopüree
- 10g Zucker
- 3g Salz
- Evtl. 10g Kartoffelmehl

Die Mitkoch-Aktion findet in unserem Livestream, am 15.05., um 13:00 Uhr statt. Amy, Svenja und Biospitzenkoch Christian Kolb kochen mit dir zusammen. Damit du gut mitmachen kannst, solltest du das Gemüse schon vorher vorbereiten und in gleichgroße Stücke schneiden.

Alle weiteren Infos unter: www.futurica.de