

## Gemischtes Gemüse Korma in Haselnusssauce

---

für vier Personen

### Zutaten

½ dl Ghee oder Kokoösl  
1 Zwiebel, fein gehackt  
2 Sternanis  
1 Zimtrinde  
1 grüne Kardamomkapsel  
1 TL Currypulver süß  
¼ TL Muskat  
1 TL Garam-Masala  
2 EL Ingwerpulpe  
4 Tomaten, in 2 cm Würfel geschnitten  
1 TL Salz  
2 dl Wasser  
50g Haselnüsse gemahlen  
1 dl Sojarahm  
800g gemischtes Gemüse

### Vorbereitung

Gemüse in gleichmässige Stücke schneiden und knapp weich dämpfen

### Zubereitung

Ghee oder Öl im Wok oder Pfanne erhitzen  
Zwiebeln darin goldbraun braten  
Zimt, Kardamom und Sternanis beifügen und anziehen  
Curry, Muskat, Garam-Masala und Pulpe begeben, anziehen bis sich das Öl von den Gewürzen trennt  
  
Tomatenwürfel und Salz begeben, 5 Min. köcheln  
  
Wasser, Haselnüsse zufügen, mindestens 30 Min. kochen, evtl. noch etwas Wasser nachgiessen  
  
Kardamomkapsel und Zimtrinde aus der Sauce fischen, dann Sauce mixen  
  
Sojarahm beifügen, evtl. nachwürzen  
  
Gedämpftes Gemüse begeben und zugedeckt mindestens 5 Min. ziehen lassen

Tipp: Das Gemüse kann auch roh den Tomaten beigefügt und dann zugedeckt in der Sauce weich gekocht werden. Die Sauce dann nicht mehr mixen