

## KAROTTENCURRY



### *Variante 1)*

Karotten, in feinen Scheiben  
Zwiebeln, gehackt  
Knoblauch, gehackt  
Kardamomkapseln, zerdrückt  
Zimtstangen  
Curryblätter  
Kurkumapulver  
Currypulver  
Chilipulver  
Salz  
Kokosmilch

auf mittlerer Hitze auf die Hälfte einkochen lassen

### *Variante 2)*

Zwiebeln, gehackt  
Knoblauch, gehackt  
Kardamomkapseln, zerdrückt  
Zimtstangen  
Curryblätter  
Karotten, in feinen Scheiben  
Kurkumapulver  
Currypulver  
Chilipulver  
Salz  
Wasser

im Kokosöl andünsten

mit etwas Wasser mischen, dazugeben, weiterdünsten  
dazugeben, bei mittlerer Temperatur einkochen lassen