JACKFRUIT RAMEN CURRY

VEGAN

Ob als Fleischersatz oder Ergänzung für vielfältige Gerichte: Mit unserer biozentrale Jackfruit sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt. Eine leckere Möglichkeit ist dieses Jackfruit Ramen Curry, das in Kooperation mit Eric von @mytypeofhealth entstanden ist.

Schwierigkeitsgrad	Arbeitszeit	Anlass
Einfach	25 Minuten	Hauptgericht

Zutaten für 2 Personen:

- 1 Dose biozentrale Jackfruit Natur in Salzlake
- 1 Dose biozentrale Kokosmilch
- 70 g Zuckerschoten
- 0.5 rote Paprika
- 3 TL biozentrale Currypaste
- 100 g Ramen-Nudeln
- 1 EL biozentrale Kokosöl
- 300 ml Wasser
- Salz & Pfeffer
- Erdnüsse

Zubereitung

1. Die Jackfruit in etwas Kokosöl stark anbraten.
2. Die Paprika in Streifen schneiden und mit den Zuckerschoten in den Topf geben und ebenfalls kurz andünsten.
3. Die Kokosmilch, Wasser und Currypaste hinzugeben und für 10 Minuten köcheln lassen.
4. Zum Schluss die Ramen-Nudeln hinzugeben und warten, bis sie weich geworden sind.
5. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Erdnüssen garnieren.

Viele weitere vegane Rezeptideen findet ihr auf Eric's Instagram-Kanal @mytypeofhealth!

WIR WÜNSCHEN EINEN GUTEN APPETIT!

www.biozentrale.de