



## Ingredience

- NIKAL Bílá omáčka
- NIKAL BIO Indické koření
- NIKAL 100% rostlinný tuk
- 12 loupáných krevet, á 70g
- 500g zeleného chřestu
- 500g bílého chřestu
- 1 červená cibule
- ½ svazku koriandru
- ½ svazku thajské bazalky
- 1 červená chilli paprika
- 250ml polotučného mléka
- 200ml kokosového mléka
- sůl
- 1 lžička limetkové šťávy

Všechny produkty NIKAL si objednejte v teple Vašeho domova na internetu nebo telefonicky.

NIKAL specialista na omáčky, polévky a koření  
Kotkova 710/3  
669 02 Znojmo

Bezplatný telefon 800 16 66 16  
Fax 515 291 055  
Online [www.nikal.cz](http://www.nikal.cz)  
E-Mail [nikal@nikal.cz](mailto:nikal@nikal.cz)

Všechny ostatní ingredience nakoupíte ve Vašem oblíbeném obchodě.

## Kokosovo-krevetové curry s chřestem



Recept pro 4 osoby.



příprava trvá asi 45 minut

### Příprava:

12 loupáných krevet podélně rozkrojíme.

500g zeleného chřestu očistíme a oloupeme pouze zdřevnatělé konce. 500g bílého chřestu oloupeme a také odstraníme zdřevnatělé konce. 1 červenou cibuli oloupeme a nakrájíme na kostičky. Lístky koriandru a bazalky oddělíme od stonků. 1 červenou chilli papriku podélně rozkrojíme, očistíme a nakrájíme na tenké proužky.

250ml polotučného mléka zahřejeme v hrnci, vmícháme 30g **NIKAL Bílé omáčky** a přivedeme k varu. Vmícháme 200ml kokosového mléka. Omáčku dochuťme **NIKAL Bio indickým kořením**.

Na pánvi rozpustíme 2 lžiče **NIKAL 100% rostlinného tuku** a orestujeme na něm chřest (3 minuty). Přidáme krevety a cibuli, taktéž orestujeme a trochu osolíme. Vše přidáme do omáčky a ještě jednou přivedeme k varu. přidáme 1/2 lžiče limetkové šťávy, chilli a bylinky.

**TIP:** Servírujte toto curry s dušenou thajskou nebo Basmati rýží.

**Nutriční hodnoty na jednu porci:** 30,4 g tuk • 17,9 g sacharidy • 50,1 g bílkoviny  
8,7 g vlákniny • Energetická hodnota 551 kcal