Curry aus Steckrüben, Paprika und Hirse

Zutaten für 2 Personen:

für das Curry
2 EL Kokosöl
2 Zwiebeln
2 Zehen Knoblauch
20g Ingwer
1 TL Kurkuma, gemahlen
1 TL Currypulver
Stiele von 1 Bund Koriander
1/2 TL Salz
3 EL helle Sojasauce
1 Kokosmilch (400ml)
150 ml Wasser
2 EL Kokosöl
2 kleine Steckrüben
3 mittelgroße Möhren
1 gelbe Paprika
1/2 Stangen Lauch
für die Hirse
150g Hirse
Salz
300ml Wasser
für das Topping
30g Sonnenblumenkerne
1/2 Bund Koriander

Zubereitung:

Knoblauchzehen, Ziebeln und Ingwer schälen und fein würfeln. Dann im Kokosöl andünsten. Kurkuma- und Currypulver und die fein geschnittenen Korianderstiele hinzugeben. Mit Sojasauce ablöschen und etwas salzen. Mit der Kokosmilch und dem Wasser alles aufgießen, bevor es püriert wird.
Hirse nach Packungsbeilage kochen.
Steckrüben und Möhren schälen, Paprika waschen und alles in kleine Stücke schneiden. Zusammen mit etwas Kokosöl anbrate. Den in Ringe geschnittenen Lauch kurz vor Garende hinzufügen. Wenn alles bissfest fertig gegart ist, in die fertige Currysauce untermischen.
Alles auf einem Teller anrichten und den frisch gehackten Koriander und die angerösteten Sonnenblumenkerne darüber streuen.