

Bombay Curry

Dieses Gericht bringt den Zauber Indiens in die Küche.



Zutaten für 4 Personen

- 1** Erdnussöl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln bei mittlerer Hitze unter Rühren glasig dünsten. Knoblauch, Chili, Ingwer, Kurkuma, Koriander und Chilipulver zugeben. Umrühren, bis alles erhitzt ist.
- 2** Fleisch zugeben und bei großer Hitze anbräunen und gut umrühren bis die sich Gewürze darauf verteilt haben. Die Dosen Tomaten zugeben und wieder umrühren. Salzen.
- 3** Alles zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 1 – 1,5 Stunden köcheln lassen, bis das Fleisch zart ist. Frischen Koriander zugeben. Kokosmilch unterrühren. Offen weitere 5 min köcheln lassen bis die Sauce leicht eindickt. Mit Koriander garnieren.

- 1 EL Erdnussöl
- 2 große Zwiebeln
- 4 Zehen Knoblauch, zerdrückt
- 3 Chilischoten, klein gehackt
- 1 EL Ingwer, klein gehackt
- 2 TL Kurkuma
- 2 TL Kreuzkümmel, gemahlen
- 1 TL Chilipulver
- 1 EL Koriander, gemahlen
- 1 kg Rindfleisch (alternativ: Lamm), gewürfelt
- 800 g Tomaten aus der Dose, gewürfelt
- 1 Dose Kokosmilch
- 1 TL Salz
- 1-2 Handvoll Koriander, frisch, klein gehackt

Guten Appetit!