



Rezepte des Indischen Abends 2016



Rezepte jeweils für sechs Personen im Rahmen eines Menues



Gurkenkaltschale nach indischer Art

Zutaten

500 gr Cremiger Biojoghurt

100 gr Creme Fraiche (30 % Fett)

100 gr kräftige Hühnerbrühe

2,5 gr Salz (ca. 1 / 2 Teelöffel)

4,5 gr Sambal Oelek

8 gr Ingwerwurzel, geschält und grob gehackt

6 gr Limettensaft (1 Teelöffel)

130 gr Landgurken, ungeschält, in Mikro-Würfelchen

30 Minzblätter (z.B. Marokkanische Nani-Minze), gehackt

Zum Abschmecken :

4 Prisen Zucker, 5 Prisen Knoblauch-Pulver

Beim Indischen Abend wurde dekoriert mit gerösteten Auberginenwürfeln und Kreuzkümmel, Gurkenwürfelchen und Koriander-Blättchen

Zubereitung

Joghurt, Creme Fraiche und Hühnerbrühe verrühren. Gehackte Ingwerwurzel mit Knoblauchpresse auspressen; Saft und Ingwerfleisch verwerten.

Salz, Sambal Oelek, den durchgepressten Ingwer sowie Limettensaft in die Joghurt-Mischung einrühren.

Zuletzt die ganz fein gewürfelten Landgurken und die fein gehackten Minzblätter vorsichtig unterheben.

Die Gurkenkaltschale in einer Schüssel über Nacht im Kühlschrank aromatisieren lassen. Vor dem Servieren auf Raumtemperatur bringen; dann mit Zucker und Knoblauchpulver pikant abschmecken.

Je 140 gr Gurkenkaltschale in ein Servierglas füllen. Dekorieren wie oben beschrieben und bei Zimmertemperatur servieren.





© Can Stock Photo - csp7405681

Indisches Hähnchen-Curry mit Rotem Paprika und Grünem Spargel



Zutaten

A.

300 gr Hähnchenschenkel, ohne Haut und Knochen
in teelöffelgroße Stücke geteilt

1 / 2 Esslöffel Austernsauce (Asia-Laden)

1 Esslöffel Reiswein (Asia-Laden)

1 gehäufte Teelöffel Reismehl (Asia-Laden)

50 gr Rapsöl (4 Esslöffel)

B.

150 gr kräftige Hühnerbrühe

150 gr abgerahmte Kokosmilch

25 gr Austernsauce

20 gr Kokosmark (RENUKA Creamed Cocos - Asia Laden)

15 gr Orangensaft

3 gr Madras Curry (3 / 4 gestr. Teelöffel)

2,5 gr Fenchelsaat (1 / 2 gestr. Teelöffel)

2,5 gr Anissaat (1 / 2 gestr. Teelöffel)

9 gr rote mittelscharfe Pepperoni (3/ 4 Stück)

1,3 gr Salz (1 / 6 gestr. Teelöffel)

2,5 gr Zucker (1 / 3 gestr. Teelöffel)

3 / 4 Esslöffel Heller Saucenbinder

C.

300 gr rote Paprika

150 gr grüner Spargel

(jahreszeitlich ersatzweise gleiche Menge an Zucchini)

1 gestr. Teelöffel Puderzucker

Rapsöl zum Anbraten von Paprika und Spargel



D.

250 gr Basmati-Reis

375 gr Kochwasser, mit etwas Salz und Zucker würzen

Nach Belieben etwas Kurkuma zusetzen (1 / 4 gestr. TL)

75 gr Lauchzwiebeln, gehackt und in Butter gedünstet

Zubereitung

A.

Am Vortag Hähnchenschenkel entbeinen und die Haut ablösen; schieres Fleisch in teelöffelgroße Stücke teilen. Knochen und Haut zur Herstellung einer kräftigen Hühnerbrühe mitverwenden

Austernsauce, Reiswein und Reismehl verrühren, dann mit den Hähnchenstücken vermengen, bis sich die Marinade eingezogen ist. Über Nacht im Kühlschrank aufbewahren.

Öl in einer Pfanne stark erhitzen. Marinierte Hähnchenstücke portionsweise unter Rühren in wenigen Minuten bräunen lassen. Fleisch herausheben und zur Seite stellen.

B.

Fenchelsaat und Anissaat im Mörser zerkleinern. In der indischen und asiatischen Küche wird ein Mörser immer gebraucht. Deshalb lohnt sich eine Anschaffung,

Bei Kokosmilch aus der Dose setzt sich oben eine feste Rahmschicht ab. Den Rahmanteil (ca. 70 % Inhalt) mit einem Löffel abstechen. Die separierte dünne Kokos-Molke zur Seite stellen. Sie wird für das Dessert gebraucht.

Nach diesen Vorbereitungen alle Zutaten zu B. - außer dem Saucenbinder - in einem Topf zusammenführen und wenige Minuten aufkochen. Dann mit Saucenbinder cremig binden; hierbei etwas Geduld einbringen. Eine milde Bindung braucht etwas Zeit.

Saucenansatz zur Seite stellen; nach dem Abkühlen nochmals mit wenig Salz und Zucker abschmecken.

C.

Gemüse vorbereiten; rote Paprika in grobe Quadrate aufteilen. Vom grünen Spargel die holzigen Stangenenden vorsichtig abbrechen; aromatische Stangenteile schräg in 3cm große Stücke schneiden. Lauchzwiebel fein hacken. Alle Gemüse getrennt bereitstellen.

Paprikastücke mit etwas stark erhitztem Öl unter ständigem Rühren (WOK-Methode) scharf anbraten, sodass die Paprika an einigen Stellen bereits Farbe nimmt. Der Paprika entwickelt Röstaroma und bleibt dennoch al-dente.

Die Stücke vom grünen Spargel mit Puderzucker überstreuen. Mit etwas Öl bei mittlerer Hitze in der Pfanne vorsichtig al-dente anbraten; dies dauert nur wenige Minuten. Spargel warm halten.

Den fertig gebundenen Saucenansatz zum Kochen bringen. Die gebratenen Hähnchenteile einlegen und etwa 10 - 15 Minuten ganz leicht köcheln lassen. Nunmehr die vorgebratenen Paprikastücke unterrühren. Ab jetzt nur noch einige Minuten heiß ziehen lassen.

Das Hähnchen-Curry in eine vorgewärmte Servierschale überführen. Die noch lauwarmen Spargelstücke dekorativ auf dem Curry-Gericht verteilen.

Wer Lust hat, kann auch noch geröstete Sesamsaat oder Cashew Nüsse aufstreuen. Auch gehackter Koriander passt hier vortrefflich.



D.

Basmatireis kalt abwaschen und abtropfen lassen. Kochwasser mit etwa Salz, Zucker und Kurkuma würzen. Reis eintragen und im geschlossenen Topf zum Kochen bringen. Hitze auf das geringstmögliche Maß reduzieren und 25 Minuten lang ausquellen lassen. Den fertig gegarten Reis in Servierschale umfüllen.

Gehackte Lauchzwiebeln in etwas Butter leicht andünsten und mit dem gegarten Reis vermischen. Dekorieren nach Belieben, vorzugsweise mit Cashew Nüssen und Kräutern.





Mousse au Cocos Indienne



Zutaten

A.

1 Ei Größe M oder L

2 Eigelb

70 gr fein gemahlener Zucker oder Puderzucker

B.

80 gr Kokosmilch-Molke

3 Blatt Gelatine



C.

250 gr gekühlte Schlagsahne

2 TL Sanapart oder entsprechende Menge Sahnesteif



D.

70 gr Weiße Kouvertüre

70 gr Kokosmark (RENUKA Creamed Cocos - in Asia Läden)

Zubereitung

Die Blattgelatine in einige Stücke schneiden und bei Raumtemperatur mit der Kokosmilch-Molke vermischen. Gründlich quellen lassen (auch über mehrere Stunden oder über Nacht).

Zunächst die Zutaten zu D. in einem Metallgefäß im Wasserbad milde aufschmelzen. Vom Wasserbad nehmen und auf Raumtemperatur abkühlen lassen. Die Aromamasse bleibt dauerhaft flüssig.

Zutaten zu A. zusammenführen und zu einer volumenstarken dicken Creme aufschlagen (Zeitbedarf bis zu 8 min je nach Technik)

Gelantineansatz in einem großen Gefäß/Topf vorsichtig anwärmen, bis sich die Gelatine aufgelöst hat. Die Eier-Creme in die Gelatine-Lösung eintragen und vorsichtig von Hand verrühren. Bitte nicht mit einem Quirl aufmixen; die Creme fällt sonst zusammen !

Parallel die gekühlte Sahne schlagen. Die steife Sahne vorsichtig unter die Eier-Gelantine-Creme heben. Mit einem breiten Teigspatel so lange umarbeiten, bis die Masse völlig homogen ist.

Nunmehr im letzten Schritt die Kouvertüre-Kokosmark-Masse einfließen lassen und die Mousse vorsichtig homogenisieren.

Die Mousse au Cocos in ein geeignetes Serviergefäß überführen und über Nacht im Kühlschrank ausreifen lassen.

Bis zum Servieren stets kühl aufbewahren. Mit einem Eisportionierer entnehmen; Dessertteller nach Belieben mit Tropenobst-Stücken farbenfroh ausdekorieren.

Wir wünschen einen guten Appetit !

Hinweise

Kokosmilch erhalten Sie in den meisten Lebensmittel-Geschäften. Während des Transports von Asien nach Deutschland und der Lagerung im Handel hat die Kokosmilch in der Dose ausreichend Zeit, sich in eine sahnige Creme-Schicht und den wässrigen Molkeanteil zu trennen. Für das Curry-Gericht wird nur die Creme-Schicht benötigt. Die Kokos-Molke verwenden wir beim Dessert.

Kokosmark ist reine Kokosnuss und entsteht durch kräftiges Pressen. Kokosmark kommt aus Sri Lanka. Es ist in allen Asia-Läden preiswert zu erhalten. Kokosmark vermittelt Kokosaroma in Curry-Gerichten und auch in Nachspeisen viel intensiver als Kokosmilch. Man kann es sparsam einsetzen. Hierdurch ist es sehr ergiebig.

Austernsauce ist ein fester Bestandteil der asiatischen Küche und zeichnet sich durch ein intensives, fleischiges Aroma aus. Erhitzt entwickelt sie einen appetitanregenden, typisch asiatischen Duft. Kaufen Sie Austernsauce aus Qualitätsgründen nur in Asia-Läden. Wir bevorzugen Austernsauce aus thailändischer Herstellung.

WOK-Methode: In der asiatischen Küche liebt man kurz gebratene Gemüse mit al-dente-Biss. Hierzu erhitzt man Öl in einem WOK sehr stark und röstet die gleichmäßig geschnittenen Gemüsestücke (vorzugsweise Champignons, Paprika, Zucchini, Zuckerschoten, Karotten, Zwiebeln) scharf an. Durch ununterbrochenes Rühren wird sichergestellt, dass das Gemüse stets Kontakt zum Bratöl hat und dass es nicht anbrennt.

Löscht man WOK-Gemüse dann mit einigen Löffeln Gemüse- oder Geflügelbrühe ab, setzt noch etwas Soja- oder Austernsauce zu und würzt mit wenig Salz, dann hat man bereits ein kleines asiatisches Gericht, das zusammen mit Reis wunderbar schmeckt.

Wer einen noch stärkeren asiatischen Duft haben möchte, setzt dem WOK-Gemüse kurz vor dem Bratende etwas fein gehackten Ingwer und Knoblauch zu und läßt diese Gewürze kurz mit angehen.