Lamm-Curry

Mit dem Rezept für Lammcurry lässt sich fernöstliches Flair nach Hause bringen. Schmeckt nach Urlaub und ist einfach zuzubereiten.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 40 min

Koch/Backzeit: 2,1 h

Gesamtzeit: 2,8 h



Zutaten

800 g	Lammfleisch (aus der Schulter, ohne Knochen)
5 Stk.	Tomaten
15 Stk.	Karotten
150 g	Sellerie
1 Stk.	Ingwer (ca. 3 cm)
1 Stk.	Chilischote
3 Stk.	Schalottenzwiebeln
2 Stk.	Paprika (gelb)
1 TL	Currypulver
1 Stk.	Limette (Saft)
0.5 TL	Sesamöl
4 EL	Korianderblätter (gehackt)
1 Prise	Salz

1 Prise	Pfeffer
	Öl (zum Anbraten)

Zubereitung

1. Für das **Lammcurry** als Erstes das Lammfleisch waschen und gut trocken tupfen. Danach das überschüssige Fett mit einem scharfen Messer entfernen. Das restliche Fleisch in mundgerechte Stücke schneiden.

2. Danach einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen. In der Zwischenzeit eine Schüssel mit Eiswasser bereitstellen. Dann die Tomaten in das kochende Wasser geben, für etwa eine Minute darin lassen, herausnehmen und gleich in das Eiswasser legen. Die Tomaten nach etwa einer Minute herausnehmen und enthäuten. Als Nächstes den Strunk entfernen und die Tomaten in Stücke schneiden.

3. Jetzt gesalzenes Wasser in einen Topf geben und zum Kochen bringen. In der Zwischenzeit die Karotten und den Sellerie schälen und klein würfeln.

4. Die Schalotten schälen und in kleine Stücke schneiden. Das Gemüse jetzt für etwa drei Minuten blanchieren. In der Zwischenzeit den Ingwer schälen und in feine Stifte schneiden.

5. Jetzt die Tomaten, Sellerie, Karotten, Ingwer, Schalotten und Koriander in eine Schüssel geben und alles mit einem Pürierstab grob pürieren, sodass noch kleine Stücke vorhanden sind.

6. Anschließend Öl in einen Topf geben und das Fleisch darin für etwa fünf Minuten rund herum anbraten. Sollte viel Fleischsaft austreten, diesen abgießen und entsorgen. Danach mit Salz und Pfeffer würzen, das Gemüsepüree zugeben und verrühren.

7. Jetzt Curry in den Topf geben, gut verrühren und den Topf mit einem Deckel abdecken. Nun die Chilischote waschen, halbieren, die Kerne entfernen und in den Topf einrühren.

8. Alles für etwa eineinhalb Stunden köcheln lassen. Etwa eine halbe Stunde vor Ende der Garzeit die restlichen Karotten schälen und in feine Scheiben schneiden. Die Paprika waschen, entkernen und in feine Stücke schneiden. Wasser zum Kochen bringen, beides hineingeben und für etwa zwanzig Minuten weich kochen. Das Curry jetzt mit Limettensaft, Sesamöl, Pfeffer und Salz abschmecken. Die Chilischoten entfernen und entsorgen.

9. Das Wasser des Gemüses abgießen und das Gemüse auf Tellern anrichten, mit dem leckeren Curry übergießen und gleich servieren.

Tipp

Zu dem Lammcurry passt als Beilage Basmatireis, Kartoffeln oder ein frischer Salat. Wer noch

anderes Gemüse zu Hause hat, kann das auch gut in dem Curry verarbeiten.