

LAMMCURRY MIT SCHMORGURKE

LAMMCURRY MIT SCHMORGURKE

Eine einzelne Schmorgurke ist dieses Jahr in unserem Gemüsegarten gewachsen. Was will man da groß machen? Für die polnischen Gurken hat es jedenfalls dieses Mal nicht gereicht. Also habe ich hin und her überlegt und mich für ein Lammcurry mit Schmorgurke entschieden. Damit das aber so richtig gut wird habe ich vorher aus dem Knochen der Keule eine kräftige Brühe gekocht. Super lecker und genau das Richtige für kalte Tage!



Zutaten für 2-3 Personen:

1 Knochen aus der Lammkeule

etwas Öl

2 Karotten

2 Zwiebeln

Salz & Pfeffer

3 Nelken

2,5 l Wasser

Für das Curry:

600g Fleisch aus der Lammkeule

2 (rote) Zwiebeln

1 Schmorgurke

400ml Kokosmilch

3 TL gelbe Currypaste

1 Daumen großes Stück Ingwer

3 Knoblauchzehen

etwas neutrales Pflanzenöl

1 rote Chili

Beilage:

120g Reis

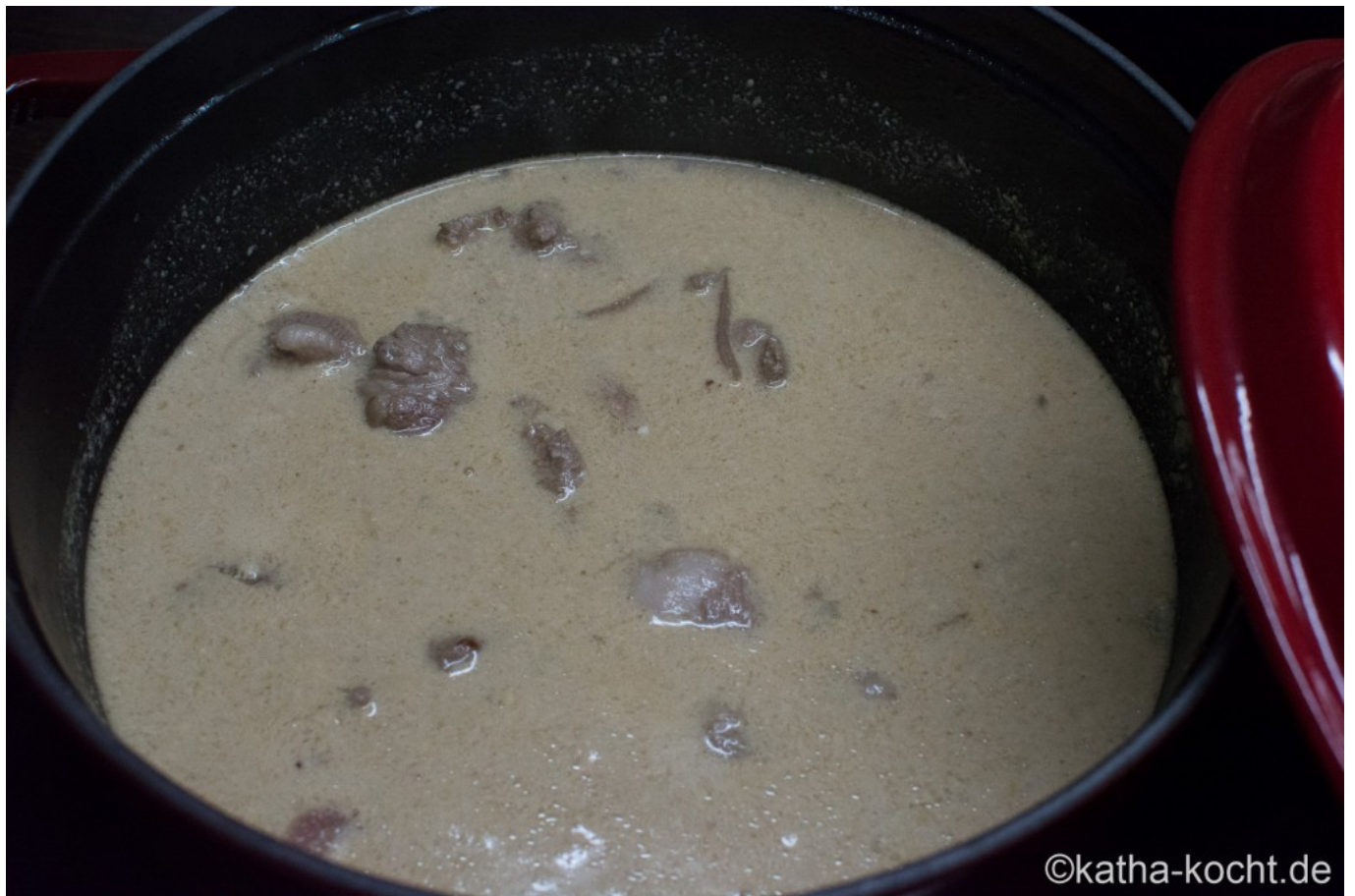
Zubereitung:

Am Vorabend oder Vormittag das Gemüse für die Brühe in einen großen Topf geben und mit wenig Öl anschwitzen. Den Knochen und die restlichen Zutaten dazu geben und alles einmal aufkochen. Danach 3 Stunden köcheln lassen, dabei den Deckel schräg auf den Topf auflegen. Die Brühe mit Pfeffer und Salz abschmecken und vollständig abkühlen lassen. Anschließend durch ein Sieb gießen.

Das Fleisch in saftige Brocken schneiden und in dem großen Topf das Öl erhitzen. Das Fleisch darin rundherum scharf anbraten, dann die dünn aufgeschnittene Zwiebel dazu geben.



Mit der Brühe ablöschen und kurz aufkochen. Die Currypaste einrühren und die klein gehackte Chili, den Ingwer und den Knoblauch dazu geben. 90 Minuten köcheln lassen, dann die Kokosmilch zufügen.



Die Karotte und die Gurke schälen und in mundgerechte Stücken schneiden. Beides in das Curry geben und noch 20-30 Minuten mitköcheln lassen. Jetzt den Reis dazu nach Packungsanleitung in Salzwasser zubereiten. Bei mir wird er im Ofen dampfgegart.



Das Curry ein letztes Mal mit etwas Limettensaft, Salz und bei Bedarf einer Prise Zucker abschmecken.

Den Reis auf die Teller verteilen und das Lammcurry mit Schmorgurke und Karotte dazu geben.

Lasst euch davon wärmen!



©katha-kocht.de