

WEIHNACHTS-GEWÜRZ SELBER MACHEN

WEIHNACHTS-GEWÜRZ SELBER MACHEN

Es ist mal wieder so weit, die Rettungstruppe rund um Sina vom [giftigeblonde Blog](#) und Susi vom [Prostmahlzeit Blog](#) rettet was zu retten ist und das sind dieses Mal die kleinen Geschenke in der Weihnachts- und Vorweihnachtszeit für die wir kleinere und größere Geschenke aus der Küche selber machen. Ich habe hin und her überlegt was ich da für euch zauber – Pralinen, Plätzchen oder mein Weihnachtsgewürz... bzw. überhaupt ein Gewürz... oder Gewürzöl. Es gibt so viele nette Ideen für kleine Geschenke aus der Küche die man mit mehr oder weniger Aufwand selbst machen kann. Dieses Weihnachts-Gewürz ist eine schöne Idee für den Beginn der Weihnachts- und Adventszeit. Zum Wichteln, zu Nikolaus, für den Adventskalender oder einfach nur so – so hat der oder die Beschenkte noch genug Zeit um damit zu backen. Aber auch wenn ihr das Gewürz erst zu Weihnachten verschenkt ist das kein Problem – in einem leckeren Schokokuchen oder ein paar feinen Schoko-Cookies schmeckt das Gewürz auch noch bis sich der Frühling blicken lässt! Ihr könnt dazu übrigens auch gemahlene Zutaten verwenden, aber wenn ihr die Gewürze in der Pfanne anröstet und dann frisch mahlt wird es noch um Längen besser.



ZUTATEN FÜR CA. 50-60G WEIHNACHTS-GEWÜRZ:

- 3 Zimtstangen
- 20 schwarze Kardamon Kapseln
- 1 EL Nelken
- 1 EL Pimentkörner
- 1 EL Macisblüten
- 1 EL gemahlener Ingwer

ZUBEREITUNG:

Die Zimtstangen und Kardamonkapseln im Mörser grob zerstoßen. Zusammen mit den Nelken, Pimentkörnern und Macisblüten in einer kleine Pfanne geben und ohne zusätzliches Öl anrösten.

Die Gewürze in der Gewürzmühle sehr fein mahlen. Bei mir macht das die Mockmill* die einfach vorne an die Kitchen Aid geschraubt wird.



Das frisch gemahlene Weihnachts-Gewürz in ein oder mehrere passende Gläschen* abfüllen. Ich finde diese hier von IKEA sehen immer sehr nett aus, aber ich glaube die gibt es nicht mehr... Ihr könnt aber auch kleine Kapern-Gläser auswaschen und den Deckel hübsch bekleben. Nur von kleinen Blechdosen würde ich persönlich euch abraten, die sehen zwar super hübsch aus, aber im Schraubglas behält das Gewürz meiner Erfahrung nach einfach länger sein Aroma.



Bindet ein Schleifchen ,rum, klebt ein hübsches Etikett auf das Glas und schon habt ihr ein tolles Geschenk für jemanden dem ihr eine ganz besondere kleine Freude machen möchtet. Oder ihr backt einfach selbst damit und teilt dann die Plätzchen... oder auch nicht, manchmal darf man sich auch einfach nur selbst eine Freude machen!



So oder so - viel Spaß mit diesem feinen Weihnachts-Gewürz!



Mit dabei bei:

Schaut euch auch an was die anderen Retter diesmal wieder feines gezaubert haben:

Aus meinem Kochtopf - Pastrami selbst gemacht - Für kurze Zeit mit Schleifchen

Barbaras Spielweise - Quitten-Chutney

Brittas Kochbuch - Stollenkonfekt

Brotwein - Partysonne / Brötchensonne - Rezept für Mini-Partybrötchen

Cakes Cookies an more - Chilisalز

Das Mädcl vom Land - Kokostrüffel

evchenkocht - Rumkugeln

Fliederbaum - Rustikale Dinkel-Vanillekipferl

Food for Angels and Devils – beef jerky – extra scharf
genial-lecker – Quitten-Orangen-Gelee
giftigeblonde – Würzsalz mit Karotten, Petersilie und Sellerie
Karambakarinaswelt – Mandarinen Marmelade
Kleines Kuliversum – Apfelstrudel Marmelade
Leberkasemmel und mehr – Geschenke aus der Küche: Adventslikör
lieberlecker – gewürzte Nüsse
Madam Rote Rübe – Dinkelvollkornnudeln
Münchner Küche – Gebrannte Mandeln mit Zimt und Sternanis
Obers trifft Sahne – Gebackener Adventskalender
our food creations – Karamellsirup & Honig-Lebkuchen
Pane-Bistecca – Kakao Lollipops
Prostmahlzeit, die Turbohausfrau – Weihnachtliches Apfel-Goji-Mus
Summsis Hobbyküche – Walnuss – Krokant
The Apricot Lady – Baguette-Backmischung zum Verschenken
Unser Meating – Herzhafte Cantuccini

INGWER-MASCARPONE MEETS PFLAUME-KARDAMON

Ingwer-Mascarpone meets Pflaume-Kardamon

Oder auch: Chef Hansen wünscht sich ein Dessert, das zu seinem Menü passt. Grillspieße mit Pflaumen im Speckband und gefüllte Entenbrust die von Kardamonkarotten begleitet wird. Da macht man nicht einfach ein Stück Pflaumenkuchen, das schreit nach etwas Raffinierterem. Schade nur, dass die Dessertposition wohl nie meine Königsdisziplin wird. Was ich aber kann und was eigentlich immer allen schmeckt sind meine Mascarponecrèmes. Brainstorming ist angesagt – Pflaumen... Pflaumen... Pflaumen... ok, Löffelbiskuits mit Weinbrand, der passt zu den Pflaumen. Den Kardamon von den Karotten mopse ich mir für die Pflaumen und die werden gebacken. Mit etwas Ahornsirup. Und kommen dann als warmes Topping auf die Crème. Perfekt. Und die Mascarponecrème bekommt durch etwas Ingwersirup das gewisse Etwas. Was soll ich sagen – die Gläschen waren ratz-fatz leer!



Zutaten für 2 Gläser:

4 Löffelbiskuits

2 EL Weinbrand

250g Mascarpone

5 EL Ingwersirup

4 rote Pflaumen

2 schwarze Kardamomkapseln

3 EL Ahornsirup + etwas zum Abschmecken

Zubereitung:

Die Pflaumen halbieren, entsteinen und mit der Schnittfläche nach oben in einen kleinen Bräter oder eine Auflaufform legen. Die Kardamomkapseln im Mörser zerstoßen und auf den Pflaumen verteilen. Mit einigen Tropfen Ahornsirup beträufeln und den Bräter mit Alufolie abdecken. Bei 200°C für 1 Stunde in den vorgeheizten Backofen schieben.



Die Kekse klein schneiden und auf zwei passende ~~Whiskey-~~ Dessertgläser verteilen. Jeweils 1 EL Weinbrand über die Kekse träufeln und etwas einziehen lassen. Die Kekse dann ein wenig am Boden flach drücken.



Den Mascarpone mit dem Ingwersirup zu einer glatten Crème aufschlagen. Abschmecken und bei Bedarf noch etwas Ingwersirup dazu geben (das hängt von eurem Sirup ab). Die Crème vorerst kalt stellen.

Nach einer Stunde die gebackenen Pflaumen aus dem Ofen holen. Die Kardamomkapselstücken wegnehmen und die heißen, weichen Pflaumen vorsichtig aus der Schale löffeln. Die Schalen entsorgen und den roten Sirup der sich in der Auflaufform gesammelt hat zu den gebackenen Pflaumen in den Mixer geben. Zu einem glatten Püree mixen und mit etwas Ahornsirup abschmecken. Ich habe das Püree jetzt gleich verwendet, es wäre aber besser gewesen es nochmal durch ein Sieb zu streichen – wegen der Kardamonsamen. Die haben zwar nicht wirklich gestört, aber es wäre eben noch einen Tick netter gewesen. Die Pflaumen haben den Kardamongeschmack übrigens wunderbar angenommen und duften auch toll.



Die Ingwer-Mascarponecrème auf die Gläser verteilen und dann vorsichtig die pürierten Pflaumen darauf platzieren. Das geht am besten, wenn man vom Rand aus anfängt. Den Löffel einmal in der Mitte versenken, hochziehen und einen kleinen Strudel in die Pflaumen zeichnen.

Servieren so lange das Pflaumenpüree noch lauwarm ist.

Greift zu!



SCHARFE INDISCHE KAROTTEN-LINSEN SUPPE

SCHARFE INDISCHE KAROTTEN-LINSEN SUPPE

Ein vegetarisches, indisches Süppchen – keine Frage, das ist für Melli und ihre vegetarische Weltreise! Diesen Monat machen wir einen Zwischenstop in Indien und da ist ja bekanntlich einiges vegetarisch. Ich habe mich für eine Suppe entschieden und eine schöne Curry-Mischung angeröstet bevor ich Karotten und Linsen dazu gegeben habe. Etwas Kokosmilch und eine ganze, gelbe Habanero – das ist indische Schärfe!



Zutaten für 4 Personen:

2 EL Erdnussöl oder Butterschmalz

1 TL Senfsamen

1 TL Koriandersamen

1 schwarze Kardamonkapsel

1 TL (4 größere Stücken) getrocknete Muskatblüten

1 Zwiebel

2 schwarze Knoblauchzehen (oder eine frische Knoblauchzehe)

1cm Zimtstange

1/2 TL Kurkuma

1 gelbe Habanero mit Kernen (super, super scharf – ggf. etwas weniger!)

1 L Wasser

4 Karotten

120g rote Linsen

160g Kokosmilch (eine kleine Dose)

1 Limette

Salz (+ optional etwas Ayurveda Salz zum Servieren)

1/2 Bund frischer Koriander

Zubereitung:

Ich erhitze das Erdnussöl im Topf. Wer möchte kann auch Butterschmalz nehmen, ich hatte nur Gänseschmalz und das wäre geschummelt gewesen... also bei mir Erdnussöl. Die Senfkörner, die Koriandersamen, die Muskatblüten, den schwarzen Knoblauch, die Samen aus der Kardamonkapsel (ohne die Kapsel selbst) und die gewürfelte Zwiebel anschwitzen. Achtung, die Senfkörner fangen an zu springen, also den Deckel auf den Topf setzen.



Die Chili fein würfeln und das Stück Zimtstange im Mörser zerstoßen. Beides in den Topf geben sobald die Zwiebel leicht glasig wird.



Es duftet schon ganz wunderbar aromatisch. Noch etwas Kurkuma dazu geben und mit dem Wasser ablöschen. Die Karotten schälen und in Scheiben schneiden. Abgedeckt 12 Minuten köcheln lassen.



Die Linsen mit der doppelten Menge an kaltem Wasser in einen kleinen Topf geben und 10 Minuten kochen lassen. Abgießen und beiseite stellen.

Die Suppe pürieren, die Linsen und die Kokosmilch dazu geben und nochmals mit dem Stabmixer fein cremig mixen. Mit etwas Salz und Limettensaft abschmecken.



Die Suppe anrichten und mit fein gehacktem Koriander garnieren. Ich stelle dann noch etwas Ayurveda Salz mit auf den Tisch - das perfekte i-Tüpfelchen.

Guten Appetit!



Eingereicht für das Event:



BUNTER HÜHNERNUDELTOPF

BUNTER HÜHNERNUDELTOPF

Am Samstag waren wir auf der Grünen Woche – der Bericht folgt morgen – und am Sonntag ging es uns überraschender Weise sehr gut. Also kein Kater-Hühnereis zum Frühstück, aber da will man sich ja nicht beklagen. Das Hähnchenbrustfilet lag aber schon im Kühlschrank also wurde kurzerhand am Montag dieser bunter Hühnereis gekocht. Mini-Maiskörbchen, Paprika, Zwiebel, Lauch, Nudeln – alles drin was gesund ist, bunt ist und schmeckt!



Zutaten für 2 Personen + 1 kleiner Rest:

1 Hähnchenbrustfilet (180g)

5 Baby-Maiskolben (frisch)

1 rote Spitzpaprika

1/2 Zwiebel

1/3 Lauchstange

1 Karotte

etwas Rapsöl

2 Lorbeerblätter

1 TL Kümmel

1 schwarze Kardamonkapsel

Salz & Pfeffer

50g Hochzeitsnudeln (kleine Hörnchen oder andere Suppennudeln)

4 EL Zitronensaft

1/2 Bund Petersilie

2 L Wasser

Zubereitung:

Ich schneide die Zwiebel in Würfel und den Lauch in sehr feine Scheiben. Das Öl erhitzen und zuerst die Zwiebel hinein geben, dann den Lauch dazu geben. Beides farblos anschwitzen und mit dem Wasser ablöschen. Salzen und das Hähnchenbrustfilet hinein legen. 5 Minuten sprudelnd köcheln. Die Karotte schälen, in Stücken schneiden und mitkochen. Noch schnell die Lorbeerblätter, den Kümmel und die angedrückte Kardamomkapsel in den Topf werfen. Deckel drauf...



In dieser Zeit schneide ich die Paprika in Viertel und die Viertel in dünne Streifen. Der Mais wird in Scheiben geschnitten. Beides zusammen mit den Nudeln in der Suppe für weitere 10 Minuten köcheln lassen.



Das Hähnchenbrustfilet aus der Suppe angeln und in kleine Stücken schneiden. Die Stücken zurück in die Suppe geben und die Suppe mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Die Petersilie fein hacken und dazu geben.



Lorbeerblätter und Kardamon wieder aus dem Topf angeln und die Suppe auf tiefe Teller verteilen. Ich stelle außerdem Pfeffer, Salz und Zitronensaft mit auf den Tisch.

Genau das Richtige im Winter!



TAGLIATELLE MIT STEINPILZEN IN VANILLEBUTTER

Tagliatelle mit Steinpilzen in Vanillebutter

Im aktuellen Lust auf Genuss Magazin, „Edle Herbstküche“, habe ich in einem ganz anderen Rezept-Zusammenhang von dieser Vanillebutter gelesen. Nun wollte ich aber kein Hirschfilet machen, sondern eine schnelle - aber feine - Pasta. Warum also nicht die Tagliatelle in Vanillebutter schwenken? Dazu Steinpilze und Walnüsse, eine edle Pasta.



Zutaten für 2 Personen:

200g Steinpilze

1 Hand voll Walnüsse

1/2 Zwiebel

etwas Butter

Salz

Zitronenpfeffer

200g Tagliatelle

Für die Butter:

100g Butter

1/2 Zimtstange

1 Vanilleschote

1 Knoblauchzehe

2 grüne Kardamonkapseln

1 kleine, getrocknete Chili

etwas Salz

Zubereitung:

Um die Vanillebutter zuzubereiten muss man gut 40 Minuten einplanen. Ich lasse dafür die Butter in einem kleinen Topf langsam schmelzen. Dann gebe ich die längst halbierte Vanilleschote dazu. Im Mörser zerstoße ich den Kardamon, die Chili und die Zimtstange. Die Knoblauchzehe wird abgezogen und mit der flachen Seite vom Messer zerdrückt. Die Gewürze in die warme Butter geben und mit einer Prise Salz würzen. Einmal schäumend aufkochen und vom Herd nehmen. Es duftet wunderbar nach Zimt und Vanille. Die Butter 30 Minuten ziehen lassen.



Die Zeit wird genutzt um die Steinpilze klein zu schneiden und die Zwiebel zu würfeln. Die Pilze in etwas Butter anbraten, dann die Zwiebelwürfel dazu geben. Mit Zitronenpfeffer und Salz würzen. Die Temperatur auf mittlere Hitze reduzieren.



Für die Pasta einen großen Topf Salzwasser zum kochen bringen und die Tagliatelle darin al dente kochen.

Die Walnüsse grob hacken und zu den Pilzen in die Pfanne geben.



Die Tagliatelle abgießen und zurück in den Topf geben. Die Vanillebutter direkt über den Nudeln durch ein kleines Sieb filtern.



Gut umrühren und auf die Teller verteilen. Den Steinpilz-Walnuss Mix darüber geben und sofort servieren.

Bon appetit!



TAPAS – ADVENTS-LAMM

TAPAS – ADVENTS-LAMM

Wie euch bestimmt schon aufgefallen ist liebe ich Lamm. Bei Tapas habe ich mich da bisher immer auf Anis-Lamm beschränkt. Hier sollte es eine etwas weihnachtlichere Variante geben. Also habe ich Lamm in Rotwein gemacht – und den Rotwein habe ich vorher Glühweinähnlich gewürzt und aufgekocht.... aber lest selbst!



ZUTATEN:

1 Lammhüftsteak (ca. 150g)

Olivenöl

Salz

Zitronenpfeffer

1 Prise Sumach

1 Prise Garam Masala

400 ml Rotwein

2 Lorbeerblätter

3 Nelken

2 Pimentkörner

1-2 Anissterne

1/2 Zimtstange

4-5 Wacholderbeeren

1 kleine rote Chili

2 schwarze Kardamonkapseln (oder 1 grüne)

1 Prise Zucker

ZUBEREITUNG:

Ich beginne damit den Rotwein vorzubereiten. Dafür gebe ich den Wein mit den Lorberblättern, Nelken, Pimentkörnern, Anissternen, der Zimtstange, den Wacholderbeeren, der kleinen roten Chili und den Kardamonkapseln in einen kleinen Topf und koche alles zusammen auf. So lasse ich den Wein köcheln bis er knapp auf die Hälfte reduziert ist.



Diese Zeit nutze ich um das Lammhüftsteak in Würfel zu schneiden und es mit Salz und Zitronenpfeffer zu würzen. Dann brate ich es in einer kleinen Pfanne rundherum in etwas Olivenöl an.



Sobald es angebraten ist würze ich es mit etwas Sumach und Garam Masala. Besonders das Garam Masala gibt dem Fleisch eine wunderbare orientalisch-weihnachtliche Note. Die Hitze reduziere ich jetzt etwas (Stufe 4 von 9) damit das Lamm nicht zu schnell durch ist.

Sobald der Wein auf die Hälfte reduziert ist gieße ich ihn durch ein feines Sieb in die Pfanne mit dem Lamm. Das hat den Vorteil, dass wir die ganzen Gewürze nicht später mit im Tapasschälchen haben sondern nur den Geschmack.

Jetzt wird die Hitze nochmal für 2 Minuten stark erhöht und ich gebe eine Prise Zucker dazu. Der Wein wird in der Pfanne deutlich weiter reduziert und das Lamm bekommt nach und nach die schöne Rotweinfarbe.



Dann gebe ich Fleisch und Wein in ein Tapasschälchen und stelle es noch kurz bei ca. 50°C im Ofen warm während ich mich um die letzten Leckereien kümmere.

Beim Anrichten kann man (wenn man gerade etwas zur Hand hat) noch ein wenig Rosmarin mit in

das Schälchen geben, das ist aber nur für die Optik.

Fertig!

ROT-GELBES LAMMCURRY

ROT-GELBES LAMMCURRY

Die indische Küche ist extrem vielseitig und ich habe mich hier für ein rot-gelbes Lammcurry entschieden. Das Lamm ist in einer roten Gewürzmischung mariniert worden, der Reis mit vielen verschiedenen Gewürzen zu einem gelben Curryreis. Ich persönlich liebe diese Geschmacksvielfalt auf dem Teller, meine bessere Hälfte hat lieber auch einen „neutralen“ Bestandteil (z.B. ungewürzten Reis). Das muss jeder selbst probieren. Aufgegessen wurde jedenfalls alles restlos.



ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN:

Für das Fleisch:

2 Lammhüftsteaks (350-400g)

1 EL Tandori Masala (rote, asiatische Gewürzmischung)

1 Prise Salz

3 EL Erdnussöl

100g Joghurt

Für den Reis:

120g Reis

1 daumen großes Stück Ingwer

4 Kapseln schwarzer Kardamon

3 Anissterne

1 Prise Zimt (frisch gemahlen)

einige Safranfäden

2 TL Kurkuma

1 TL Koriandersamen

1 TL Senfkörner

1 kleine Zwiebel

2 Knoblauchzehen

1 l Wasser

etwas rotes Thaibasilikum (optional)

100g Joghurt

ZUBEREITUNG:

Damit das Fleisch etwas Zeit hat den Geschmack der Gewürzmischung anzunehmen fange ich hier an. Das Lammfleisch wird in 2-3cm große Würfel geschnitten und in ein Schälchen gegeben. Dann kommt das Tandori Masala und das Erdnussöl dazu. Alles ordentlich durchmischen bis das Fleisch rundherum kräftig rot ist. Das Schüsselchen stelle ich zum marinieren beiseite.



Weiter geht es mit dem Gewürzreis. Ich zerstoße die Koriandersamen zusammen mit den Senfkörnern im Mörser, die Senfkörner nehmen dabei etwas weniger Schaden als die Koriandersamen, eignen sich aber wunderbar als Hilfsmittel um die Koriandersamen wirklich klein zu bekommen.

Die gemörserten Gewürzkörner kommen jetzt mit etwas Erdnussöl in eine kalte Pfanne. Dort wird erstmal gesammelt. Zwiebel, Ingwer und Knoblauch werden geschält und in feine Würfel geschnitten. Direkt mit in die Pfanne geben. Dazu kommen 2-3 Anissterne, 4 Kardamomkapseln (wenn möglich scharfe, ansonsten geht auch grüner Kardamon, dann aber nur 2-3 Kapseln). Darüber reibe ich eine Prise Zimt frisch von der Zimtstange. Ich kann das nur empfehlen, fertiges Zimtpulver macht geschmacklich einfach nicht viel her. Dann rühre ich noch das Kurkuma unter die Gewürzmischung und erhitze alles langsam und auf kleinerer Stufe (hier 4 von 9) damit die Gewürze ihre Aromen entfalten können. Nach wenigen Minuten dürfte es bereits wunderbar duften - so lasse ich alles in etwa 10-15 Minuten unter regelmäßigem Umrühren leicht anrösten.



Dann gebe ich die Safranfäden in ein kleines Becherrchen und gieße sie mit 40 ml heißem Wasser auf (am besten schonmal 1 L Wasser im Wasserkocher aufkochen). Nach 2-3 Minuten kommt das Wasser samt Fäden in die Pfanne. Mit dazu kommen der Reis und ca. 1/2 L Wasser. Alles ordentlich umrühren. Da wir den Reis in der offenen Pfanne garen kann die Temperatur auch noch etwas erhöht werden (hier immer wieder zwischen Stufe 5 und 6 von 9 gewechselt).

Nicht vergessen eine Prise Salz für den Reis dazu zu geben, sonst schmeckt der später nach garnichts.



Immer wieder umrühren und bei Bedarf ein wenig Wasser zugeben. Wenn für den Reis ein Ende in Sicht ist (Dauer in der offenen Pfanne insgesamt ca. 25-30 Minuten) erhitze ich eine kleine Pfanne für das Lammfleisch.

Das Fleisch wird ohne weiteres Fett direkt in die heiße Pfanne gegeben und rundherum scharf angebraten. Dann reduziere ich die Temperatur (von Stufe 9 auf Stufe 5 von 9) und lasse das Fleisch noch 6-7 Minuten schmoren.



Fleisch und Reis sollten jetzt mehr oder weniger zeitgleich fertig sein. Jetzt nehme ich den Joghurt und verteile ihn gleichmäßig auf Fleisch und Reis. In beiden Pfannen ordentlich unterrühren und alles noch schnell abschmecken. Bei Bedarf mit etwas Salz oder einem Spritzer Zitronensaft nachwürzen.

Beides zusammen anrichten und je nach Geschmack noch etwas Thaibasilikum dazu geben.

Es wird zu Tisch gebeten!

THAILÄNDISCHER RINDERBRATEN MIT SPARGEL UND REIS

Dies ist mein „letztes Spargelkochen“ für diese Saison und ich habe mir etwas asiatisches überlegt. Einen thailändisch marinierten Rinderbraten mit Spargel, Pilzen und Paprika. Ein schöner Ausklang zum Saisonende und ein Gericht das einfach mal etwas Anderes ist. Ein bisschen cross-over natürlich und kein original thailändisches Rezept, aber mit tollen Gewürzen aus dieser ganz bezaubernden Ecke der Welt und jeder Menge Reiselust und Fernweh auf dem Teller. Natürlich bietet mein thailändischer Rinderbraten jede Menge Raum für Flexibilität – grüner Spargel, weißer Spargel oder notfalls auch gar kein Spargel wenn die Saison mal wieder zu schnell vorbei war: probiert einfach aus wie es euch am besten schmeckt!



Im Vergleich das Foto von 2012 mit weißem Spargel:



ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

1kg Rinderbraten

3 EL Tamarinden Paste

2 EL Erdnussöl oder ein neutrales Pflanzenöl

ca. 10 cm Ingwer

6 Kapseln schwarzer Kardamon

2 rote Paprika

2 gelbe Paprika

5 Limettenblätter

2-3 kleine rote Chilis

10 Champignons

4 EL Fischsauce

500-600 ml Wasser (je nach Größe des Bräters)

3 Knoblauchzehen

1 kleines Bund Basilikum

500g Spargel, weiß oder grün

Salz

200-250g Reis

ZUBEREITUNG:

Den Ofen auf 150°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Rinderbraten rundherum mit Tamarinden-Paste einreiben und kurz ziehen lassen.

Den Ingwer schälen und fein würfeln, die Knoblauchzehen schälen und in Scheiben schneiden. Die Kardamomkapseln etwas zerdrücken.

Das Öl in einem ausreichend großen Bräter erhitzen und den Braten rundum scharf anbraten. Den Ingwer und den Knoblauch dazu geben und 1-2 Minuten mit andünsten. Dann alles mit heißem Wasser ablöschen, die Kardamomkapseln und die Limettenblätter dazu geben und einmal kurz aufkochen.

Den Deckel auf den Bräter legen und alles für insgesamt 2,5 Stunden in den Ofen schieben. Dabei wird der Braten gelegentlich mit Sauce übergossen und in etwa nach der Hälfte der Zeit einmal gewendet. Bei Bedarf etwas heißes Wasser nachfüllen. Nach 2 Stunden geht es mit dem Gemüse weiter.

Die Champignons in Scheiben schneiden, die Paprika halbieren, entkernen und in lange Spalten aufschneiden. Die Chili in feine Ringe schneiden, wer es nicht ganz so scharf mag entfernt die Kerne. Das Gemüse in den Bräter geben, den Deckel wieder auflegen und alles zurück in den Ofen schieben.

Für den Reis einen Topf Salzwasser zum kochen bringen und den Reis nach Packungsanleitung garen.

Jetzt den Spargel vorbereiten. Weißen Spargel komplett schälen, grünen Spargel im unteren Drittel schälen. Den Spargel in mundgerechte Stücke schneiden und beiseite stellen.

Den Bräter aus dem Ofen nehmen. Den Braten aus dem Sud nehmen und abgedeckt kurz beiseite stellen und ruhen lassen.

Den Spargel in den Bräter geben und alles auf dem Herd kurz aufkochen. 10-12 Minuten köcheln lassen bis der Spargel gar ist.

Die Sauce mit Fischsauce und Salz abschmecken. Bei Bedarf etwas Wasser zufügen.

Den Reis abgießen und auf tiefe Teller verteilen. Den Braten aufschneiden und daneben platzieren. Das bunte Gemüse dazu geben und alles mit dem köstlichen Sud aufgießen.

Das Basilikum klein zupfen oder schneiden und dazu geben.

Lasst es euch schmecken!





CHICKEN TIKKA MASALA IM EUROPÄISCHEN HERBST

CHICKEN TIKKA MASALA IM EUROPÄISCHEN HERBST

Wie stelle ich mir ein Chicken Tikka Masala vor das sich in den europäischen Herbst verirrt hat?
Ganz klar: mit Kürbis und Pilzen!



ZUTATEN FÜR 2-3 PERSONEN:

300g Hähnchenbrustfilets

200g Joghurt

1 EL Senfkörner

3 EL Sonnenblumenöl

2 TL Garam Masala

3 Kardamonkapseln

1 TL Koriander

1 TL Cumin

4 frische Knoblauchzehen

ca. 4cm frischer Ingwer

Salz & Pfeffer

1 TL Cayennepfeffer

2 EL Tomatenmark

5 EL Limettensaft

1/4 Hokkaido Kürbis

1 handvoll Austernpilze

1 handvoll braune Champignons

1 Tasse Wasser

etwas Koriandergrün

120g Basmatireis

ZUBEREITUNG:

Zuerst wird die Gewürzmischung hergestellt. Dazu die Senfkörner im Öl anbraten bis sie springen. Dann das Garam Masala, den Koriander, die Kardamonkapseln und Cumin dazugeben. Anschmoren, nebenbei Knoblauch und Ingwer kleinschneiden / pressen und dazugeben.

Das Wasser für den Reis aufsetzen und den Basmatireis im Salzwasser garen.

Dann das Hähnchenbrustfilet kleinschneiden und in der Pfanne anbraten. Den Kürbis schälen, würfeln und dazugeben. Mit etwas Pfeffer und Salz würzen. Nach dem Anbraten bei mittlerer Hitze weitergaren.

Zurück zum Topf mit der Gewürzmischung: den Joghurt dazugeben und die Herdplatte ausstellen damit der Joghurt nicht ausflockt sondern nur warm wird.

Jetzt die geputzten und etwas zerkleinerten Pilze mit in die Pfanne zum Fleisch geben und kurz anschmoren.

Kurz bevor der Reis gar ist die Joghurt-Gewürzmischung in die Fleischpfanne geben. Unterrühren, den Limettensaft, das Tomatenmark, den Cayennepfeffer und die Tasse Wasser dazugeben und nach Bedarf noch etwas mit den verschiedenen Gewürzen aus der Gewürzmischung abschmecken.

Es sollte jetzt den typischen Geschmack von Chicken Tikka Masala haben, mit der Ergänzung durch den leicht süßlichen Kürbis und die Pilze.

Auf dem Teller anrichten und das gehackte Koriandergrün darüber geben.

Ein Experiment der anderen Art - aber sehr lecker!