

Lammcurry mit Kichererbsen und Cashew

Zutaten

- 750g Lammragout
- 6 mittelgroße Zwiebeln
- 8 Knoblauchzehen
- Olivenöl
- 2 TL Currypulver mild
- 1 TL Madrascurry
- 1 TL Koriandersamen
- 1 TL Kuminsamen
- 1 TL Salz
- 2 Möhren
- 1 Pastinake
- 1 rote Paprika
- 1 rote Peperoni
- 100 g Austernpilze
- 1 Quitte
- 1 Dose Kokosmilch
- 300 ml Wasser
- Kichererbsen aus der Dose
- 80 g Cashewkerne
- frischer Koriander
- Petersilie glatt

Zubereitung

Fleischstücke in einem Schmortopf im heißen Öl scharf anbraten. Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und grob hacken.

Zwiebel und Knoblauch dazugeben, fünf Minuten braten. Currypulver darüberstreuen und kurz anrösten. Alles gut vermengen, Kokosmilch und Wasser einrühren. Koriandersamen und Kuminsamen in einem Mörser mahlen und mit dem Salz dazugeben.

Die Austernpilze in Stücke schneiden. Pastinake und Möhren schälen und in kleine Stücke schneiden. Paprika entkernen und würfeln, die Peperoni entkernen und in kleine Würfel schneiden. Die Quitte schälen, das Kerngehäuse entfernen und ebenfalls in kleine Stücke schneiden. Alles dazugeben und eine Stunde bei geschlossenem Deckel sanft köcheln lassen, ab und zu umrühren.

Die Cashewkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Die Kichererbsen in ein Sieb geben und mit Wasser abspülen. Nachdem das Curry eine Stunde gegart hat, Kichererbsen und Cashewkerne untermischen und alles eine weitere Stunde köcheln lassen.

Das Fleisch vor dem Servieren mit gehackten Koriander- und Petersilieblättern bestreuen.

Dazu Basmatireis servieren.

Last update: 09.12.2024 14:56
rezepte:kochen:lammcurry_mit_kichererbsen_und_cashew https://wiki.fritzcloud.net/doku.php?id=rezepte:kochen:lammcurry_mit_kichererbsen_und_cashew

From:
<https://wiki.fritzcloud.net/> - FritzWiki

Permanent link:
https://wiki.fritzcloud.net/doku.php?id=rezepte:kochen:lammcurry_mit_kichererbsen_und_cashew

Last update: **09.12.2024 14:56**

