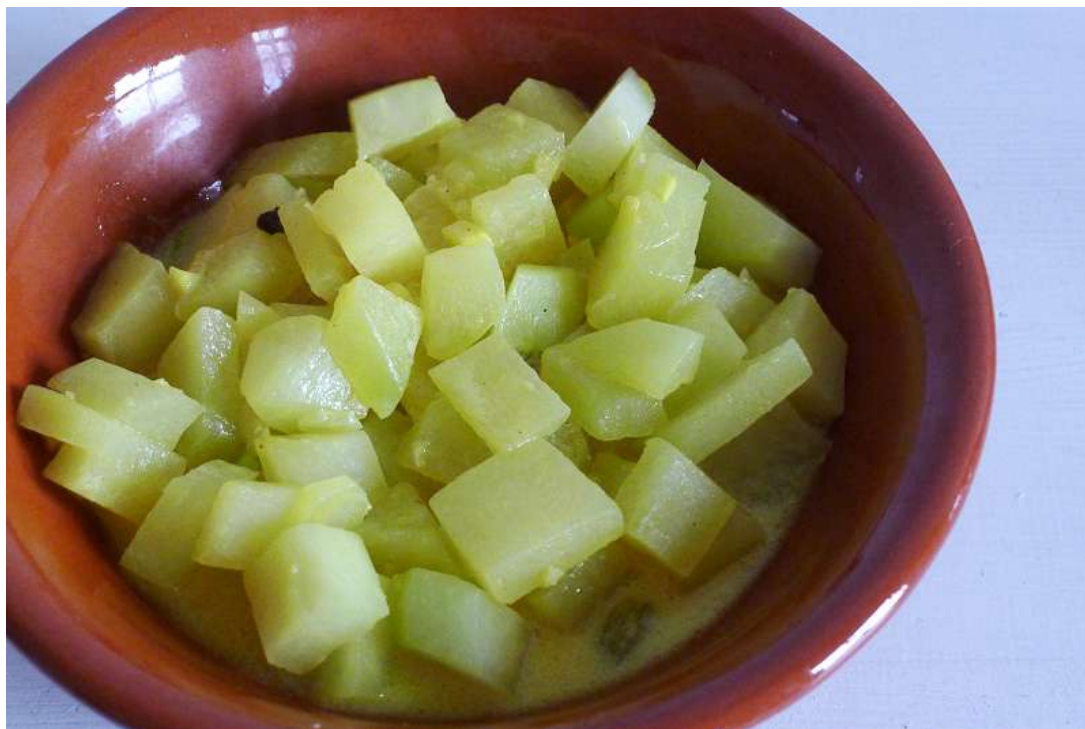


Kohlrabi auf indische Art

by Andreas - Samstag, Januar 10, 2015

<http://mundgericht.de/index.php/kohlrabi-auf-indische-art/>



In Deutschland landet Kohlrabi gewöhnlich in einer Suppe. In den asiatischen Ländern gibt es noch viele andere Einsatzgebiete.

3 Kohlrabis

1 TL geriebener Ingwer

6 EL Öl

3 Nelken

5 grüne Kardamomkapseln

1 Knoblauchzehe

½ TL Kurkumapulver

½ TL Garam Masala

5 EL Joghurt

½ TL Saucenbinder

Salz

Die Kohlrabi-Knollen schälen und in Würfel schneiden. Das Öl in einen Topf geben und darin die Nelken, die Kardamomkapseln und die fein gehackte Knoblauchzehe anbraten. Dann den geriebenen Ingwer, das Kurkuma, Garam Masala und die Kohlrabiwürfel dazu geben. Mit 150 ml Wasser ablöschen und bei geschlossenem Deckel ca. 30 Minuten bei kleiner Flamme garen. Abschließend den Joghurt

beifügen. Hier kommt vorher der Saucenbinder zum Einsatz. Das Pulver wird ausgiebig mit dem Joghurt verquirlt. Das verhindert, dass der Joghurt im Topf ausflockt. Das verändert zwar nicht den Geschmack, sieht aber nicht besonders schön aus. Salzen und weitere 5 Minuten köcheln lassen.

Weitere Empfehlungen:

Kräuterhuhn

Mir geht die Brühe aus, daher brauche ich zuerst ein knuspriges Huhn, das dann die (eine) Grund...

Riesenbohnen mit Knoblauch

Für die Herstellung dieser Beilage bedarf es einiger Geduld, da die Bohnen recht lange kochen m...

Türkischer Bohnensalat

Man kann für diesen Salat natürlich auch die geläufigeren kleinen weißen Bohnen verwenden. M...

PDF generated by Kalin's PDF Creation Station