

# Lammcurry

by Andreas - Dienstag, Oktober 11, 2011

<http://mundgericht.de/index.php/lammcurry/>

Lammcurry gehört in Europa zu den beliebtesten indischen Gerichten. Jedes indische Restaurant hat seine eigene Zubereitungsart. Ich habe hier mal eine scharfe Grundversion gekocht, die mit Gemüse (z. B. Blumenkohl oder Okraschoten), Obst (z. B. Mango oder Aprikosen) ergänzt werden kann.

**1 kg Lammgulasch (Keule oder Schulter)**

**4 Zwiebeln**

**3 Knoblauchzehen**

**400 gr. gewürfelte Tomaten**

**400 ml Gemüsebrühe (oder Lammfond)**

**2 EL Currypulver (scharf, z. B. Madras)**

**1 EL Kardamompulver**

**1 EL Tomatenmark**

**1 EL Mehl**

**1 TL Zitronensaft**

**4 EL Öl**

**Pfeffer**

**Salz**

Die Zwiebeln, und die Knoblauchzehen würfeln. In einem großen Topf mit dem Tomatenmark im Öl anbraten. Das Lammfleisch dazugeben und ebenfalls anbraten. Mit dem Curry- und Kardamompulver bestreuen und gut vermengen. Das Mehl einstreuen und mit Gemüsebrühe übergießen. Ca. 1 ½ Stunden bei kleiner Flamme und geschlossenem Deckel köcheln lassen. Die Tomatenwürfel dazugeben. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Dazu passt natürlich am besten Reis. Aber auch Bandnudeln schmecken sehr gut dazu.

---

PDF generated by Kalin's PDF Creation Station