

★

GARNELEN CURRY

Im pikanten Curry aus Tansania entfalten sich die besten Aromen der afrikanischen Küche.

Rezept für 4 Personen

Art: Hauptgericht, Fisch

AFRO Spice: Red Curry

Zubereitungsdauer: 180 Minuten

Aufwand: hoch

ZUTATEN

- 32 Stück Garnelen ohne Schale
- 1 Limette (Saft)
- 1 Tomate
- Okraschoten (nach Belieben)
- 2 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2–3 grüne Chilischoten
- Frischer Koriander
- 400 ml Kokoscreme
- 1 ½ EL Tamarindenpaste (Asia oder India Shop)
- Olivenöl
- 3–4 EL AFRO Spice Red Curry
- 1 EL Paprikapulver
- 1 TL Kurkurma
- 1 EL Koriandersamen
- ½ EL Kreuzkümmelsamen
- 1 l Wasser
- Salz

★

HAUPTGERICHTE ★

★

ZUBEREITUNG

Garnelen in Limettensaft, Salz, Kurkuma (½ TL) und einem Schuss Wasser marinieren und circa 30 Minuten gekühlt ziehen lassen.

Für die Gewürz-Paste eine Zwiebel und Knoblauch fein schneiden, mit AFRO Spice Red Curry, Paprikapulver, Koriandersamen, Kreuzkümmel, Kurkuma (½ TL), Kokoscreme und Tamarinde zu einer Paste mit etwas Wasser mixen.

Eine Zwiebel in Scheiben schneiden und im Öl glasig anschwitzen. Die Gewürz-Paste hinzufügen und mit etwas Wasser 6 bis 7 Minuten köcheln lassen bis sich das Öl von der Oberfläche abzusetzen beginnt und die Paste sich in ein dunkles Orange-Rot verfärbt.

Einen Liter Wasser zugießen und aufkochen lassen.

Tomate in Spalten schneiden und entkernen, Chilisoten entkernen, fein hacken und gemeinsam mit den Okraschoten in das Curry hinzufügen und kurz köcheln lassen.

Die Garnelen hinzufügen, im Curry köcheln lassen und mit Salz abschmecken.

Mit Koriander garniert servieren.



Okras werden am Stielansatz wie ein Bleistift angespitzt. Dabei dürfen die Schoten nicht verletzt werden, da sie sonst beim Garen breiig werden.

★★★