



CLUB KOCHENDER MÄNNER  
4310 RHEINFELDEN

Chochete vom 16.08.2018 – Tisch 2

### Thailändisches Menü

Thailändisches Poulet im Glas  
Kokossuppe mit Hühnerfleisch  
Thailändischer Glasnudelsalat  
Chili-Garnelen mit gebratenen Schlangenbohnen  
Satay mit Gurkensauce  
Gebratene Dorade mit Chilisauce  
Rindfleischcurry  
Pad Pak Ruam Mit (pfannengerührtes Gemüse)  
Jasminreis  
Fruchtsalat à la Bangkok

## Rindfleischcurry

### Für 4 Personen

600 g	Rindfleisch mager (Huft)
300 g	Aubergine
1 Stk	Paprikaschote grün
1 Stk	Paprikaschote rot
4 EL	Öl
	Salz
1 EL	Zitronengras gemahlen
1 TL	Sambal Oelek
250 ml	Fleischbouillon
½ Stk	Zitrone → Saft
3 EL	Sojasauce süß
1 EL	Zucker braun
½ Handvoll	Horapabblätter, oder Basilikum
4 EL	Kokosflocken geraspelt

Das Fleisch in schmale Streifen schneiden. Die Aubergine würfeln und bis zur Verwendung in eine Schüssel mit Wasser legen. Paprikaschoten waschen, putzen und in kleine Streifen schneiden.

Das Öl in einem Wok oder einer Bratpfanne erhitzen und das Fleisch kurz scharf anbraten. Paprikastreifen und Auberginen zugeben. Alles mit Salz, Zitronengras und Samba Oelek abschmecken und unter Rühren 10 Minuten braten.

Die Fleischbrühe angiessen, Zitronensaft, Sojasauce und Zucker zugeben und weitere 10 Minuten unter gelegentlichem Rühren köcheln lassen.

Kurz vor Ende der Garzeit die Horapabblätter oder das Basilikum daruntermischen und das Rindfleischcurry mit den getrockneten Kokosflocken bestreuen.