



CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

Chochete vom 17.10.2019 – Tisch 2

Papadam-Cracker und Bier

Curry-Garnelen

Tandoori-Chicken

Seeteufel mit Zwiebeln und Tomaten

Lammcurry mit Jeera-Reis

Gelbes Dal mit Spinat

Chapati

Naanbrot

Basmatireis

Reispudding

Curry-Garnelen mit Chapatis

Für 4 Personen

5	Stk	Knoblauchzehe
1	Stk	Ingwer 10cm
3	Stk	Chili rot
100	g	Ghee oder Butterschmalz
2	TL	Senfsaat schwarz
10	Stk	Curryblätter
400	g	Garnelen ohne Schwanz und Schale
		Salz
4	EL	Koriander
3	Stk	Frühlingszwiebeln
200	g	Chapatimehl, oder Mehl Type 1050
		Salz
1	EL	Ghee oder Butterschmalz

Knoblauch grob zerteilen.

Ingwer in dünne Stifte schneiden.

In Ringe schneiden.

Ghee in einer Pfanne erhitzen und die Senfsaat darin anrösten bis sie springt.

Hitze reduzieren.

Knoblauch, Ingwer, Chili und Curryblätter zugeben und sanft anschwitzen, bis sie aromatisch duften.

Garnelen zugeben und salzen. Garnelen im Fett ziehen lassen, bis sie gar sind.

Zum Anrichten mit Koriandergrün und Frühlingszwiebeln bestreuen.

Als Beilage passen Chapatis.

Chapati-Rezept:

Das Mehl in eine Schüssel geben, 1/2 TL Salz in 120 ml Wasser auflösen. Nach und nach das Mehl mit dem Salzwasser zu einem weichen, geschmeidigen Teig verkneten.

Den Teig zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie bei Zimmertemperatur etwa 30 Minuten gehen lassen.

Aus dem Teig 8 Kugeln formen und auf der bemehlten Arbeitsfläche nacheinander zu dünnen Fladen mit ca. 15 cm Durchmesser ausrollen.

In einer Pfanne portionenweise wenig Ghee zerlassen und die Chapatis darin bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten etwa 1 Minute backen, bis sie an manchen Stellen gebräunt sind. ACHTUNG: gut aufpassen, dass sie nicht schwarz werden!