

Wassermelonen-Curry, schwarze Bohnen, Paneer, Basmati

Für zwei Personen

Für die Curry-Paste:

½ Gemüsezwiebel	2 Knoblauchzehen	3 cm frischer Ingwer
½ scharfe Chilischote	½ Stängel Zitronengras	1 EL Butter
1 TL gemahlener Kurkuma	2 TL gemahlener Koriander	4 TL Kreuzkümmelsamen
1 Prise Cayennepfeffer		

Für Wassermelone, Paneer:

2 kg kernarme Wassermelone	125 g schwarze Bohnen	½ Limette, davon Saft
100 g Indischer Paneer	½ Bund Koriander	Öl, Salz

Für den Basmati:

220 g Basmatireis	1 TL Butter	½ Bund frischer Koriander
1 Prise Salz		

Für die Curry-Paste:

Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen. Ingwer schälen und mit Knoblauch und Zwiebel hacken. Chilischote entkernen und hacken. Das Innere vom Zitronengras ebenfalls fein hacken. In einem großen Topf 1 EL Butter auf mittlerer Hitze schmelzen. Zwiebel, Ingwer und Knoblauch darin sanft weich dünsten. Chili und Zitronengras zusammen mit den Gewürzen in den Topf geben und 1 Minute anbraten und zuletzt pürieren.

Für Wassermelone, Paneer:

Melone aushöhlen und die Schale zum Anrichten aufbewahren.

Die Hälfte der Melone in 1 cm große Würfel schneiden und zur Seite stellen. Die andere Hälfte der Melone im Mixer glatt pürieren.

Anschließend die pürierte Melone in den Topf zur Currypaste geben, die Hitze hochstellen und die Sauce unter gelegentlichem Rühren kochen, bis sie auf die Hälfte reduziert ist.

Schwarze Bohnen in einem Sieb unter Wasser spülen und gut abtropfen lassen. Paneer in Scheiben schneiden und einer Pfanne in Öl braten.

Koriander hacken und Limette auspressen.

Wenn die Melonen-Sauce reduziert ist, Melonenwürfel, Bohnen, gebratenen Paneer, den Großteil des Korianders und Limettensaft in die Sauce geben. Umrühren und auf kleiner Hitze sanft durchwärmen. Zum Schluss kräftig mit Salz abschmecken.

Für den Basmati:

Reis zuerst waschen, danach einen Topf mit Wasser aufkochen. Sobald das Wasser kocht die Hitze reduzieren, den Deckel auf den Topf geben und den Reis für ca. 15-20 Minuten quellen lassen bis das Wasser verdampft ist.

Mit einem Stück Butter, Salz und gehacktem Koriander verfeinern.

Das Gericht in der ausgehöhlten Melonenschale anrichten und servieren.

Michelle Tirschler am 13. September 2023