

# Lamm-Curry nach Ceylon-Art mit Tempura-Obst und Basmati

## Für zwei Personen

### Für den Curry:

5 getrocknete Chilis	2 $\frac{1}{2}$ EL Koriandersamen	1 EL Kreuzkümmel
$\frac{1}{2}$ Zimtstange	1 TL dunkle Senfkörner	1 TL Bockshornkleesamen
1 Gewürznelke	3 grüne Kardamomkapseln	1 EL gemahlener Kurkuma
1 TL gemahlener Ingwer	10 getr. Curryblätter	1 TL Pfefferkörner

### Für das Garam Masala:

1 EL gem. Kreuzkümmel	1 $\frac{1}{2}$ TL gem. Koriander	1 $\frac{1}{2}$ TL gem. Kardamom
1 TL gem. Zimt	$\frac{1}{2}$ TL gem. Nelke	$\frac{1}{2}$ TL Muskatnuss
1 $\frac{1}{2}$ TL Salz		

### Für das Lamm-Curry:

2 Lammrückenfilets à 220 g	2 rote Chilis	2 rote Zwiebeln
5 Knoblauchzehen	1 Knolle Ingwer à 4 cm	200 ml Kokosmilch
2 EL Garam Masala (s.o)	2 EL Currypulver (s.o)	4 Zweige Koriander
75 g Kokosraspel	3 EL Pflanzenöl	

### Für den Reis:

200 g Basmatireis	$\frac{1}{4}$ TL feines Salz
-------------------	------------------------------

### Für den Tempura-Teig:

50 g Mehl	50 g Stärke	1 Ei, Eiweiß
150 ml eiskaltes Wasser	1 EL Currypulver	$\frac{1}{4}$ TL feines Salz

### Für das Tempura-Obst:

1 kleine Ananas	1 Birne	1 Banane
50 g Butter	1 TL Currypulver (s.o)	$\frac{1}{4}$ TL Garam Masala (s.o.)

### Für den Curry:

Kardamomkapseln aufbrechen und die Samen herauslösen. Kardamom, Koriander, Chili, Zimt, Senfkörner, Bockshornkleesamen, Nelken und Pfeffer in einer Pfanne bei mittlerer Hitze etwa 3 Minuten kräftig rösten. Die Gewürze zusammen mit Kurkuma, Ingwer und den Curryblättern in einer Gewürzmühle zu einem feinen Currypulver mahlen.

### Für das Garam Masala:

Für die Masala-Gewürzmischung Kreuzkümmel, Koriander, Kardamom, Zimt, Nelke und Muskat mit Salz in einer in einer Schüssel mischen.

### Für das Lamm-Curry:

Die Chilischoten längs halbieren, die Kerne herauskratzen und fein hacken. Aus dem Garam Masala, Curry und gehackten Chilis mit etwas Wasser eine Paste herstellen. Die Zwiebeln abziehen, fein hacken und in einer Pfanne mit wenig Öl glasig dünsten. Knoblauch abziehen, Ingwer schälen und hinzugeben. Etwa 5 Minuten weiter dünsten, die Currypaste hinzugeben und das in Stücke geschnittene Lamm in die Pfanne geben.

Miteinander etwa 15 Minuten schmoren, 100 ml Wasser und Kokosmilch angießen. Kokosraspel dazugeben und die hinein geben und Ohne Deckel fertig schmoren. Kurz vor den servieren die Korianderblätter hinein rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### Für den Reis:

Den Reis waschen und in einen Topf geben, 500 ml Wasser aufgießen und salzen. Sobald der Reis kocht, auf niedrige Hitze zurück schalten und zugedeckt 20 Minuten garen.

**Für den Tempura-Teig:**

Mehl und Stärke in eine Schüssel sieben. Das Eiweiß in einer Schüssel mit Salz aufschlagen. Das Eiswasser zum Mehl geben und glatt rühren.

Eischnee und Currypulver unterrühren.

Die Ananas schälen, vierteln, vom Strunk befreien und in Stücke schneiden. Die Birne schälen und vierteln, Banane schälen und der Länge nach halbieren, dann in 5 cm lange Stücke schneiden.

Butter in einer Pfanne aufschäumen und die Gewürze darin kurz anrösten. Die Pfanne vom Herd nehmen, die Früchte darin schwenken und heraus nehmen. Das Obst leicht mit Mehl bestäuben, im Tempurateig wenden und in heißem Fett goldbraun ausbacken.

Das Lamm-Curry nach Ceylon-Art mit Tempura-Obst und Basmati auf Tellern anrichten und servieren.

Josef Weber am 16. Mai 2017