

Indisches Lamm-Korma, Spargel-Salat, Joghurt-Fladen

Für zwei Personen

Für das Lamm-Korma:

400 g Lammrücken, ausgelöst	1 Zwiebel	5 Cocktailtomaten
1 Knoblauchzehe	2 cm Ingwerknolle	1 Chilischote
1 EL Butter	100 g Joghurt	$\frac{1}{2}$ TL Koriander
$\frac{1}{2}$ TL Kreuzkümmel	Salz	Pfeffer

Für den Salat:

6 Stangen weißer Spargel	1 Zitrone (Saft)	1 TL Honig
2 EL Cashewkerne	8 Stiele glatte Petersilie	Salz, Pfeffer

Für die Fladen:

150 g Naturjoghurt	150 g Weizenmehl	1 TL Backpulver
1 TL Schwarzkümmel	$\frac{1}{2}$ TL feines Salz	

Für das Lamm-Korma:

Das Fleisch waschen, trockentupfen und in mundgerechte Würfel schneiden.

Zwiebel und Knoblauch abziehen und den Ingwer schälen. Chilischote halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien.

Ingwer, Knoblauch, Zwiebel und Chilischote fein würfeln. Koriander und Kreuzkümmel in einem Mörser zerstoßen. Butter in einem Topf zum Schmelzen bringen und mit Koriander und Kreuzkümmel vermengen.

Zwiebeln, Knoblauch, Ingwer und Chili zugeben und ebenfalls anschwitzen. Tomaten waschen und trocken tupfen.

Fleisch und Tomaten hinzufügen und etwa 3-4 Minuten anbraten.

Joghurt zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Offen bei mittlerer Temperatur einige Minuten sämig einkochen lassen

Für den Salat:

Den Spargel waschen, schälen und die Enden abschneiden. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Spargel längs in dünne Streifen schneiden und in einer Schüssel mit 2 EL Zitronensaft, Honig, Salz und Pfeffer würzen. Cashewkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten, abkühlen lassen und grob hacken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, die Blätter abzupfen und hacken. Cashewkerne und Petersilie zum Spargel geben und beiseite stellen.

Für die Fladen:

Den Joghurt mit dem Mehl, Backpulver und Salz zu einem glatten, geschmeidigen Teig verkneten. Eine Pfanne stark aufheizen. Teig in 4 Portionen teilen und jeweils zu runden, dünnen Fladen ausrollen. Mit Schwarzkümmel bestreuen. Leicht bemehlen, falls der Teig klebt. Die Fladen in der heißen Pfanne nach und nach von beiden Seiten backen.

Das indische Lamm-Korma mit Spargel-Petersilien-Salat auf Tellern anrichten, Joghurtfladen dazu platzieren und servieren.

Johann Lafer am 25. Mai 2018