

Rotes Curry mit Rindfleisch

Für 4 Personen

300 g Rindfleisch (Lende)	100 g Strohpilze	100 g Bambussprossen
100 g Wasserkastanien	50 g Cashewkerne	4 Schalotten
1 Möhre	80 g Zuckerschoten	1/2 Bund Koriander
6 EL Pflanzenöl	1,5 EL rote Currypaste	250 ml Geflügelfond
500 ml Kokosmilch, ungesüßt	5 Limettenblätter	Salz, Zucker
3 EL Speisestärke	frische Wasabiwurzel	

Das Rindfleisch in feine Streifen schneiden. Strohpilze, Bambussprossen und Wasserkastanien abschütten und unter fließendem Wasser abwaschen. Strohpilze und Wasserkastanien halbieren. Cashew Kerne in einer Pfanne ohne Öl leicht rösten. Schalotten und Möhre schälen, Karotte grob würfeln, Möhre zunächst in dünne Streifen, dann in Rauten schneiden. Zuckerschoten waschen und ebenfalls in Rauten schneiden. Koriander waschen, trocken schütteln und grob zupfen. 2 EL Öl in einem Topf erhitzen und die Currypaste darin leicht anschwitzen. Mit dem Geflügelfond ablöschen und gut verrühren, so dass keine Klumpen mehr zu sehen sind. Kokosmilch angießen, Limonenblätter zugeben und 10 Minuten leicht köcheln lassen. Mit Salz und Zucker abschmecken. Es sollte eine leichte Süße zu schmecken sein, darüber hinaus etwas kräftiger mit Salz würzen, da die Einlage viel davon annimmt. Stärke mit kaltem Wasser anrühren und die Sauce damit abbinden. Schalotten in einer Pfanne mit 2 EL Öl anschwitzen, Möhren zugeben und leicht dünsten, Zuckerschoten und Pilze, Sprossen und Wasserkastanien zugeben und kurz schwenken. Das Rindfleisch in einer Pfanne mit 2 EL Öl kurz und scharf anbraten. Das Fleisch mit den Cashewkernen in die heiße Sauce geben, ebenfalls die komplette Gemüsepfanne zugeben und kurz ziehen lassen. Die Wasabiwurzel schälen und mit einer Reibe zu einer Paste reiben und diese in das Curry geben. Koriander zugeben und servieren. Dazu passt Basmatireis.

Karlheinz Hauser 31. Oktober 2011