

Indische Kartoffel-Curry-Suppe

Eine Entdeckung für Curry-Liebhaber.

ZUTATEN

FÜR 4 PERSONEN

500 g Kartoffeln, mehlig kochende Sorte

2 Zwiebeln

1 Esslöffel Erdnussöl

ca. 2 Teelöffel Currypulver (siehe ganz rechts).

2 dl Kokosmilch

5 dl Gemüsebouillon

Salz, Pfeffer aus der Mühle

4 Pappadums

1 Bund Koriander

1 Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebeln hacken. Zusammen mit den Kartoffeln andünsten. Curry darüber stäuben und kurz mitrösten. Mit Kokosmilch und Bouillon ablöschen. Zugedeckt weich kochen.

2 Suppe durch ein Passevite treiben und zurück in die Pfanne geben oder direkt in der Pfanne mit dem Stabmixer pürieren. Mit Salz, Pfeffer und evtl. Curry abschmecken.

3 Pappadums gemäss Hinweisen auf der Verpackung in der Mikrowelle zubereiten oder im heissen Öl frittieren.

4 Suppe in vorgewärmte Schalen anrichten. Mit etwas Currypulver bestäuben. Pappadum dazu servieren.



Koriander

Seit mehr als 3000 Jahren ist er als Gewürz bekannt – fast jede Currymischung enthält Koriander. Währenddem das Aroma der frischen Korianderblätter, wie sie die thailändische und die mexikanische Küche mit Vorliebe verwenden, nicht jedermanns Sache sind, können wir den getrockneten Koriandersamen schon viel eher etwas abgewinnen. Ihr mildes, leicht süss-frisches und deutlich nach Orangen schmeckendes Aroma passt sowohl zu süssen wie auch zu pikanten Gerichten. So werden Koriandersamen – ganz oder zu Pulver gemahlen – beispielsweise in Charcuteriefleischwaren ebenso wie in Lebkuchen oder Currygerichten mit Erfolg verwendet.



Gewürze entwickeln ein intensiveres Aroma, wenn sie kurz geröstet werden.



Hausgemachtes Curry-Pulver

Ergibt ca. 100 g Currypulver: 5 getrocknete, rote Chilischoten, 3 EL Koriandersamen, 1 TL Senfsamen, 2 TL Fenchelsamen, 1 TL schwarze Pfefferkörner, 1 TL Madras-Currypulver, 1 EL Kurkumapulver, 1 TL Ingwerpulver. Alle Zutaten separat in einer beschichteten Bratpfanne ohne Fett rösten, bis sie angenehm würzig duften. Aufpassen, dass sie nicht verbrennen, sonst werden sie bitter. In einem Mörser zu einem gleichmässig feinen Pulver zerstoßen. Licht- und luftdicht verschlossen und an einem eher kühlen Ort gelagert hält sich das Currypulver mehrere Monate, verliert aber bereits nach einigen Wochen sein volles Aroma. Deshalb nur jeweils kleine Mengen zubereiten.

SAISON KÜCHE

Das marktfrische Kochmagazin der Migros: im Abonnement – 12 Mal jährlich nur 25 Franken.

■ Jetzt bestellen oder Gratis-Probe-Exemplar über:
Tel. 0848 877 777
(normaler Gesprächstarif)
oder per Fax 056 - 417 53 37
Internet www.saison.ch

Mit Poulet-Spiesschen

2–4 Pouletbrüstchen längs in vier oder acht Streifen schneiden, mit 1–2 Esslöffel Sojasauce marinieren und auf Holzspiesse stecken. Kurz vor dem Servieren in einer Bratpfanne in wenig Erdnussöl rundum braten. Auf den Suppenschalen anrichten.