

14.07.2007 14:03 - Verfasser: Phoenix64w

Grau ist alle Theorie
Und da Ille ja ein Fan von warmen Salaten ist,
versuch doch mal das:

Warmer grüner Salat
(Pad Pag Ruam-Mit)

Zutaten für 4 Personen

4 TL Nussöl (4 P.)
1 Bund Frühlingszwiebeln, gehackt
250g frischer Spinat, gewaschen
1/2 kleiner Kohlkopf (beliebige Sorte), in Streifen geschnitten
1 -2 Mangold je nach Größe halbiert oder geviertelt
1 Kleiner Brokkolie
1 kleiner Chinakohl, in Streifen geschnitten
einige frische Thai Basilikum
1 frische rote Chilischoten, entkernt und gehackt
(ich nehme immer Paste)
2 EL Austernsoße
1 TL Palmzucker (freimenge)
4 TL Sesamöl (4 P.)
4 TL Sesam, trocken angeröstet (2 P.)

Öl in einem Wok erhitzen. Frühlingszwiebeln, Spinat, alle Kohlsorten, Basilikum und Chilis rasch unter Rühren anbrate, bis das Blattgemüse gerade zusammenfällt. In eine Servierschüssel geben.
Austernsauce, Zucker, das übrige Pflanzenöl und Sesamöl vermengen und über den Salat gießen.
Den warmen Salat mit dem gerösteten Sesam bestreuen und servieren.

Tipp:

Mit dem Sesamöl am Anfang vorsichtig sein.
NIE mitbraten sondern nur über die fertigen speisen tröpfeln.
Sollte sich jeder bei Tisch nach persönlichen Geschmack dazu geben

14.07.2007 14:03 - Verfasser: Phoenix64w

Massaman-Currypaste

(Krüang Gäng Massaman)

8 große getrocknete Chilischoten

1 EL Korinadersamen

2 TL Kreuzkümmel

3 cm Galgant

1 Stengel Zitronengras

6 Schalotten

1 ganze Knoblauchknolle

1/2 TL Nelkenpulver

1 TL Zimtpulver

8 Sternanis

8 Kardemonkabseln

1/2 TL schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen

1 TL Garnelenpaste

14.07.2007 14:03 - Verfasser: Phoenix64w

Gelbe Currypaste
(Krüang Gäng Garieh)

5 getrocknete Chilischoten
2 Stengel Zitronengras
3 cm Galgant
5 Schalotten
10 Knoblauchzehen
1 EL Korinadersamen
2 TL Kreuzkümmel
1 TL Salz
1 EL Currypulver
1 EL Curcuma
1 TL Garnelenpaste

14.07.2007 14:03 - Verfasser: Phoenix64w

Grüne Currypaste
(Krüang Gäng Kiau Wan)

Wird ebenso gemacht, jedoch mit grünen Peperonie.
Dafür ist sie nicht ganz so scharf wie die rote Paste.

14.07.2007 14:03 - Verfasser: Phoenix64w

Thai Küche

Rote Currypaste (Krüang Gäng Phet Däng)

Zutaten für 4 Portionen

6 frische Peperoni
4 frische Thai-Chilischoten
4 Schalotten
1 TL Koriandersamen
1 Stengel Zitronengras
3 cm Galgant
2 Korianderwurzeln
1 TI Kaffirzitronen oder Limetteschale
1 TL Kreuzkümmel
1 TL Salz
1/2 TL schwarzer gemahlener Pfeffer
1/2 TL Muskatnuss, frisch gerieben
1/2 TI Zimt
1 TL Garnelenpaste

Peperoni und Chilischoten waschen, entstielen.

Schalotten schälen vierteln.

Zitronengras waschen grob zerkleinern.

Galgant und Korianderwurzeln dünn schälen grob zerkleinern

Koriandersamen in einer kleinen Pfanne ohne Öl bei starker Hitze etwa 2 Minuten anbraten.

Alle trocknen Gewürze in eine Küchenmaschine geben und zu feinem Pulver verarbeiten.

Die feuchten Gewürze zugeben und ebenfalls mixen bis sich eine cremige Paste ergibt.

Wird das Gewürz frisch verarbeitet, dann kann 1-2 TI Limettensaft zugegeben werden.

Zur längeren Aufbewahrung nicht, Schimmelgefahr!

14.07.2007 14:03 - Verfasser: Phoenix64w

Panch Foron
5 Gewürze Pulver

Nicht zu verwechseln mit dem bei uns zu Weihnachten verwendeten Lebkuchengewürz!!!
Auch wenn es ähnlich riecht und schmeckt.
Hier wird die Zubereitung schon schwieriger,
weil man den Pfeffer nur schwer bekommt.
Aber zu was gibt es den Internet?
Wenn alle Stricke reißen, geht auch getrockneter roter Pfeffer.
Dann sollte man ihn aber auf jeden Fall rösten.

1 EL Sichuanpfeffer
5 cm Zimtrinde
10 Gewürznelken
1 EL Fenchelsamen
3 -5 Sternanis

Zubereitung wie gehabt,
alles in einer Küchenmaschine o.ä. zu Pulver verarbeiten.

Tipp:
Alle Gewürzmischungen sind ja trocken und peppen jedes Gericht indisch auf.
An feuchten Zutaten sollte man dann
Ingwer, Knoblauch, Zwiebeln und Koriander zugeben
(den ich überhaupt nicht mag!)

14.07.2007 14:03 - Verfasser: Phoenix64w

Sambar Masala

4 getrocknete Chilischoten

60g Korinadersamen

2 TL Kreuzkümmelsamen

1 TL schwarze Pfefferkörner

1 TL Bockshornkleesamen

1 TL Urid Dal (Uridlinsen)

1 TL Moong Dal (Mungolinsen)

1 TL Chana Dal (gelbe Linsen)

1 El Kurkumapulver

Chilischoten von den Stielansätzen befreien und mit Koriander, Kreuzkümmel, Pfeffer und Bockshornkleesamen in eine Pfanne geben.

Solange rösten bis es zu duften beginnt, aus der Pfanne nehmen, abkühlen lassen

Alle Linsen in die Pfanne geben, ebenso rösten. Zu den Gewürzen geben und ebenfalls auskühlen lassen.

Die ausgekühlten Gewürze und Linsen im Mörser oder mit einem Mixstab sehr fein mahlen.

Kurkuma untermischen und in einem verschließbaren Gefäß aufbewahren.

Tipp: Wenn man nicht anders hat, reicht auch eine Sorte von Linsen

14.07.2007 14:03 - Verfasser: Phoenix64w

Garam Masala

2 EL Korinadersamen
3 EL Kreuzkümmel
1 TL schwarze Pfefferkörner
15 grüne Kardemonkapseln
1 Stück Zimt (10 cm)
10 Nelken

Alle Gewürze in eine kleine Pfanne geben und bei mittlerer Hitze etwa 3 Minuten unter Rühren anrösten.

Wenn die Gewürze anfangen zu duften, herausnehmen und auf einen Teller legen.

Mit einem Holzlöffel die Zimtrinde grob zerkleinern. Gewürzmischung abkühlen lassen.

Abgekühlte Gewürze in 2-3 Portionen in eine elektrische Kaffeemühle geben und fein mahlen, bis das Pulver entstanden ist

14.07.2007 14:03 - Verfasser: Phoenix64w

CURRYPULVER

4 getrocknete Chilischoten
(für scharfe gerne etwas mehr)

3 TI Korinadersamen
1 TI schwarzer Senf
3 TI Kreuzkümmelsamen
2 TI schwarzer Pfeffer /Körner
1 TI Bockshornkleesamen (bekommt man gut in apotheken!!!)
30 Curryblätter getrocknet

3 EI Kurkumapulver

die herstellung ist denkbar einfach.
das ganze, bis auf das kurkumapulver
einfach in eine küchenmaschine,
oder eine gewürzmühle geben
(kaffemühle geht auch, der nächste kaffe schmeckt dann aber etwas indisch)
und einfach das ganze zu feinem pulver vermahlen.

das kurkumapulver dazumischen,
in ein schraubglas geben und dunkel aufbewahren.
für curry gibt es zig rezepte und jeder kann es nach seiner
persönlichen vorliebe abändern

14.07.2007 14:21 - Verfasser: Batgirlkiel

Hallo!

Für Ille (und alle, die es interessiert)

Habe den Pakorateig früher immer als "Fertigmischung" gekauft. Aber da ich beim DPD-Wichteln ein indisches Menü schicken wollte, hatte mich der Ehrgeiz gepackt, es komplett selbst zu machen. Alex hat sich gefreut, weil er so die Möglichkeit hatte, Pakorarezepte zu testen, bis sie uns zu den Ohren herauskamen, aber das hier schmeckte uns am besten!

Wen das komplette Dinner interessiert, einfach klicken:
DPD-Wichtel-Rezepte 2006/07 und nach mir suchen

Vorweg: Inzwischen gibt es in Asialäden die geklärte Butter (Ghee) auch pflanzlich. Ich benutze das zum Ausbacken, ist super!

Pakorras

Zutaten:

350 g Gemüse der Saison, in mundgerechte Stücke geschnitten
220 g Kichererbsen, gemahlen
¼ TL Kreuzkümmel, gemahlen
¼ TL Cayennepfeffer
½ TL Koriander, gemahlen
¾ TL Paprikapulver, edelsüß
Salz
270 ml Wasser, kaltes
1 Liter Pflanzenöl zum Ausbacken - oder eben Ghee!

Zubereitung:

Öl in einem Topf stark erhitzen. Das dauert eine ganze Weile.

Inzwischen können Gemüse und Teig vorbereitet werden. Aber darauf achten, dass das Öl nicht anfängt zu rauchen!

Beim Vorbereiten des Gemüses darauf achten, dass das Gemüse recht klein bzw. dünn geschnitten wird, da es nur frittiert wird und nicht vorgekocht!

Für den Teig das Kichererbsenmehl in eine Schüssel geben und alle Gewürze und das Salz dazumischen. Das kalte Wasser langsam zugießen und die Masse mit einem Schneebesen schlagen, bis ein glatter, dickflüssiger Teig entstanden ist.

Teig in einen tiefen Teller geben. Eine Portion Gemüse hineingeben und in dem Teig wenden.

Probieren, ob das Öl heiß genug ist: Wenn ein Teigtropfen sofort zischend an die Oberfläche steigt, ist es heiß genug. In diesem Fall die Herdplatte auf mittlere Hitze herunterschalten.

Gemüse in den Teig tauchen und portionsweise mit einer Gabel nach und nach in das heiße Fett geben. Pakoras jeweils 7-9 Min. frittieren, bis sie goldbraun und knusprig sind. Herausnehmen und auf Küchenpapier entfetten. Sofort servieren oder bei 125°C im Ofen für kurze Zeit warm halten.

LG, Daniela