

Schmeckt nicht gibt´s nicht

Das gesamte Menü vom 16.02.2007

Dip: Indische Gewürzmischung

Zutaten:

- 4 TL Koriandersaat
- 4 TL schwarze Pfefferkörner
- 4 TL Fenchelsaat
- 4 TL Kreuzkümmel
- 4 TL schwarze Senfsaat
- 1 TL Chiliflocken
- 2 TL Kurkumapulver



Zubereitung:

Jeweils 4 TL Koriandersaat, schwarze Pfefferkörner, Fenchelsaat, Kreuzkümmel schwarze Senfsaat mit einem 1 TL Chiliflocken im Mörser mittelfein zerstoßen.

Mit 2 TL Kurkumapulver mischen. Im geschlossenen Glas möglichst dunkel aufbewahren und innerhalb von 2 Monaten verwenden.

Salat: Indischer Chopped Salad

Zutaten:

- 1 Kopf Römersalat
- 300 g Salatgurke
- 2 Möhren
- 1 rote Paprikaschote, ca. 225 g
- 1 gelbe Paprikaschote, ca. 225 g
- 1 Pfefferschote
- 1 Bund Koriander
- 125 ml Olivenöl
- 3-4 EL Zitronensaft
- 1-2 EL Palmenzucker
- Salz
- Pfeffer



Zubereitung:

Die äußeren Blätter des Römersalats entfernen. Den Salat in stehendem Wasser kalt waschen und gut abtropfen lassen.

Das restliche Gemüse waschen. Die Gurke vierteln und in dünne Scheiben schneiden. Die Möhre schälen und klein schneiden. Die Paprikaschoten entkernen und in feine Streifen schneiden. Den Salat ebenfalls fein schneiden. Pfefferschote entkernen und in feinstmögliche Streifen schneiden. Alles in eine Schüssel geben.

Koriander hacken und mit dem Öl, Zitronensaft, Palmenzucker, Salz und Pfeffer verrühren. Über den Salat geben, gründlich mischen und servieren.

Geflügel: Indisches Brathuhn

Zutaten:

- 1 Hähnchen (1,8 kg)
- 1 unbehandelte Orange
- Salz
- 2 EL Indische Gewürzmischung (s.u.)
- 1 EL Öl
- 1 Gemüsezwiebel



Zubereitung:

Das Hähnchen innen und außen waschen und abtupfen. Die Orange heiß abspülen, in 5 mm dicke Scheiben schneiden und diese halbieren.

Haut des Hähnchens vorsichtig mit den Fingern vom Fleisch lösen. Orangenscheiben unter die Haut schieben, verbliebene Orangenscheiben in die Bauchhöhle des Hähnchens geben.

Hähnchen innen und außen salzen, Gewürzmischung und Öl verrühren und das Fleisch damit einreiben. Zwiebel pellen, in Scheiben schneiden. Auf ein Blech legen, das Hähnchen darauf setzen und im heißen Ofen bei 190 °C 1 Stunde 15 Minuten braten.

Vorspeise: Indisches Pizzabrot

Zutaten:

1 Salatgurke
Salz
Pfeffer
1 Pk. Pizzateig (Frischetheke)
Mehl
5 EL Olivenöl
3 EL Indische Gewürzmischung (s.u.)
etwas grobes Salz
150 g Sahnejoghurt
1 gepresste Knoblauchzehe
1 TL Limettensaft
1 EL gehackte Minze



Zubereitung:

Gurke waschen. Auf der Kastenreibe grob reiben, mit etwas Salz würzen und in einem Sieb 20 Minuten abtropfen lassen.

Pizzateig auf einer bemehlten Fläche sehr dünn ausrollen. Mit 3 EL des Öls bestreichen und mit der Indischen Gewürzmischung (s.u.) bestreuen. Ein wenig grobes Salz auf dem Teig verteilen und diesen anschließend längs in 4 cm breite Streifen schneiden.

Ein Backblech im auf 210 °C vorgeheizten Ofen 4 bis 5 Minuten erhitzen. Dann die Hälfte der Teigstreifen mit der gewürzten Seite nach oben auf das Blech legen, 7 Minuten backen, herausnehmen und mit den restlichen Streifen genauso verfahren.

Joghurt, Knoblauch, Limettensaft, Minze und restliches Öl mischen. Gurke unterheben und mit Salz und Pfeffer würzen und zum Brot servieren.