

## Rezept (für 2-3 Personen)

### Lamm-Curry

1 kg Lammkeule

Das Fleisch vom Knochen schneiden und die Haut vom Fleisch mit dem Messer abschneiden.

Das Fleisch würfeln in ca. 2 cm Länge.

**Siehe dazu unser heutiges Spezialthema im Blick in die Küche: [Lammkeule zerlegen](#)**

2-3 EL [Olivenöl](#)

2 leicht gehäufte EL [Curry-Pulver](#)

In einer Edelstahl-Pfanne oder einem größerem Edelstahltopf das Öl auf großer Flamme erhitzen. Dabei das Curry-Pulver einrühren.

1 Zwiebel [fein gewürfelt](#)

1 Knoblauch-Zehe klein geschnitten

Im heißen Öl anlaufen lassen (d.h. so lange braten, bis die feinen Zwiebel- und Knoblauchwürfelchen glasig werden). Vgl. [Blick in die Küche](#).

Dann die Fleischwürfel dazu und dieselben in dem heißen Öl mit den Zwiebeln und dem Knoblauch bei kleiner Hitze anbraten. (Vgl. [Blick in die Küche](#)). Das Fleisch wird dabei nicht gebräunt, es soll lediglich seine rote Farbe verlieren.

<p>1 unbehandelte Zitrone - und dadevon die Zitronenschale</p> <p>1 Stück <a href="#">frischer Ingwer</a> (ca. 6 x 2 x 2 cm)</p> <p>Salz, Pfeffer</p> <p>1 EL <a href="#">Sojasauce</a></p> <p>3 EL Zitronensaft</p> <p>1 ½ Brühwürfel von Knorr oder 2 Brühwürfel von Maggi (Vgl. <a href="#">Blick in die Küche</a>)</p> <p>1 Glas Lamm-Fond 400ml (Vgl. <a href="#">Blick in die Küche</a>)</p>	<p>Die Zitronenschale ringsum mit einem <a href="#">Zestenreißer</a> abschälen – alternativ die Zitronenschale mit einer feinen Reibe abreiben. (Vorzugsweise mit der “<a href="#">Tim-Mälzer-Reibe</a>”)</p> <p>Die Schale des Ingwers abschälen (und weg damit) und den <a href="#">Ingwer stifteln</a> (d.h. in dünne Stifte schneiden)</p> <p><b>Die in der linken Spalte aufgeführten Ingredienzien zu dem Fleisch geben und alles 1½ Stunden bei kleinster Flamme köcheln</b></p>
<p>150 ml süße Sahne</p> <p>1 Eigelb (Trennen des Eigelbs vom Eiweiß - <a href="#">siehe hier</a>)</p> <p>2 leicht gehäufte EL <a href="#">Speisestärke</a> Gustin oder Mondamin</p>	<p>diese Bestandteile miteinander verrühren und bei der Fleisch-Soße mit unterrühren. Jetzt das Fleisch nicht mehr köcheln. Evtl. nachwürzen mit Curry-Pulver und/oder Sojasauce.</p>
<p><b><i>Die indische Variante für Manni</i></b></p>	
<p>1 EL Kashmiri <a href="#">Masala Paste</a> oder sonstige scharfe Curry-Paste und 1 Döschen <a href="#">Kokosmilch</a></p>	<p>Die scharfe Curry-Paste kommt in die Kokosmilch.</p> <p>Das Curry-Kokosmilch-Gebräu erhitzen und einmal aufkochen. Dann in einem Milchkännchen oder dergl. extra nebenbei zum Essen stellen.</p> <p>Manni rührt sich von der Curry-Kokosmilch dann nach Belieben, wie es ihm gefällt, in seinen Teller.</p>
<p>1-2 EL <a href="#">Mandelsplitter</a> (Mandelstifte oder gehackte Mandeln)</p>	<p>Manni streut sich gerne noch diese Mandelsplitter (auch gehobelte oder gehackte Mandeln, wenn's sein muß) über seinen Teller.</p>