

# Tomaten Chutney Currys

## - REZEPTE -

### Für je 2 Portionen = 450 ml Glas:

#### **Aloo Matar Gobi – vegan / vegetarisch**

400 g Gemüsemix aus Kartoffel – Erbsen – Blumenkohl / Rote Zwiebel in Öl anbraten / 1 TL Kreuzkümmel dazu geben und kurz anbraten  
Gemüsemix dazu geben und anrösten – ggf. mit Butter verfeinern / Etwas Wasser hin zu fügen und gar ziehen lassen  
und dann unser hausgemachtes „**Tomaten Chutney**“ hin zu fügen und kurz aufkochen lassen

#### **Chicken Curry „a la Chef“**

Marinade : 350 g Hähnchenbrust in ca.20 g große Stücke schneiden  
und mit Öl, Salz, Pfeffer, Kurkuma & 1 TL Tandoori Masala am besten 24 h kühl durchziehen lassen  
Hähnchenbruststücke scharf anbraten / unser hausgemachtes „**Tomaten Chutney**“ dazugeben /  
kurz mit anbraten und dann mit etwas Wasser ablöschen und dann gar ziehen lassen

#### **Beef Curry „a la Chef“**

Marinade : 300 g Roastbeef / Entrecote in mundgerechte Streifen schneiden  
und mit Öl, Salz, Pfeffer, Kurkuma & 1 TL Meat Masala + 1 TL Garam Masala für ca.2 Stunden durchziehen lassen  
2 Zwiebel in Scheiben geschnitten, 1 kleine gewürfelte Kartoffel in Butter scharf anbraten /  
1 TL Kreuzkümmel einstreuen und mariniertes Rindfleisch mit anbraten / unser hausgemachtes „**Tomaten Chutney**“ dazugeben /  
kurz mit anbraten und dann mit etwas Wasser ablöschen und bis zum gewünschten Garpunkt ziehen lassen

#### **Lamm Curry „a la Chef“**

Marinade : 280 g Filet vom Lammrücken in mundgerechte Streifen schneiden  
und mit Öl, Salz, Pfeffer, Kurkuma & 1 TL Roasted Masala + ½ TL Fenchelsamen für ca.2 Stunden durchziehen lassen  
2 Zwiebel in Scheiben geschnitten in Butter scharf anbraten / dann mariniertes Rindfleisch  
und eine Hand voll grüne Erbsen mit anbraten / unser hausgemachtes „**Tomaten Chutney**“ dazugeben  
kurz mit anbraten und dann mit etwas Wasser ablöschen und bis zum gewünschten Garpunkt ziehen lassen

**FERTIG IST DAS ONE PAN CURRY : FRISCH – GESUND - SCHNELL & LECKER : GUTEN APPETIT !**

Für die Schärfe fügen Sie frische Chilischoten oder rotes Chilipulver hinzu ! Alle Gewürze erhalten Sie in unserem Shop

Wir empfehlen als Beilage unseren Original „Heer Long Basmati“ Reis