

DAS KLEINE NÄNDURION- KOCHBUCH

EINE INOFFIZIELLE SPIELHILFE ZUM ESSEN AM SPIELTISCH

FANPRODUKT

DAS KLEINE NANDURION-KOCHBUCH

WEG MIT DEM PIZZAMANN - WIE ICH MEINE ROLLENSPIELRUNDE FÜTTERE

REDAKTION

NANDURION

AUTOREN

WOLKENTANZ

BILDER

WOLKENTANZ

COVERBALKEN

TORBEN BIERWIRTH

LAYOUT

FEYAMIUS

Die verwendeten Bilder und Illustrationen sind Copyright © der jeweiligen Zeichner. Nutzung der Grafiken aus dem offiziellen Fanpaket mit freundlicher Genehmigung der Ulisses Medien und Spiel Distribution GmbH.

DAS SCHWARZE AUGEN, AVENTURIEN, DERE, MYRANOR, THARUN, UTHURIA und RIESLAND sind eingetragene Marken der Significant Fantasy Medienrechte GbR. Ohne vorherige schriftliche Genehmigung der Ulisses Medien und Spiel Distribution GmbH ist eine Verwendung der genannten Markenzeichen nicht gestattet.

Dieses Dokument stellt lediglich eine inoffizielle Hilfe dar und dient keinerlei kommerziellen Zwecken. Es handelt sich hierbei weder um ein offizielles Produkt der Ulisses Spiele GmbH, noch soll es den Erwerb entsprechender Produkte überflüssig machen. Es enthält inoffizielle Informationen zum Rollenspiel DAS SCHWARZE AUGEN und zur Welt AVENTURIEN. Diese Informationen können im Widerspruch zu offiziell publiziertem Material stehen

VORWORT

Welche Runde kennt das nicht: Wenn man angekommen ist, kommen irgendwann die Flyer zum Vorschein und es wird für die ganze Runde irgendwas bestellt. Für manch Runde kommt dann irgendwann die Zeit, in der sie davon die Nase davon voll hat.

Nach den ambitionierten Keksrezepten im letzten Jahr wollen wir euch dieses Jahr ein paar Klassiker für die Meute vorstellen. Dabei haben wir darauf geachtet, dass auch absolute Anfänger wenigstens einen Teil der Rezepte auch in ihrer WG Küche zubereiten können.

Die folgenden Rezepte sind leicht regional gefärbt, so wie sie hier stehen, werden sie bei uns in Westfalen gekocht. Was ich hier mache, kann in anderen Teilen Deutschlands

und erst recht in Österreich für mittelschwere Krampfanfälle sorgen. ;-)

Alle Rezepte wurden in den letzten vier Jahren regelmäßig an einer G7-Runde getestet. Alle Mengenangaben beziehen sich auf eine Standardgruppe also **5 Spieler + Spielleiter**.

LEGENDE

EL	Esstlöffel
TL	Teelöffel
Pkt.	Paket
Msp.	Messerspitze
TK	Tiefkühlkost

REZEPTE

Schnippelbohnen.....	4
Käse/Lauchsuppe	5
Broccoli-Kartoffel-Auflauf	6
Tomaten-Hackfleischsauce für Nudeln.....	6
Ghularsch	7
Shepherds Pie-Variante:	8
Baguettes.....	9
Curry.....	10



SCHNIPPELBOHNEN

Das ist das leichteste Rezept von allen und als Eintopf auch wirklich überall zuzubereiten, auch von absolut ungeübten Kochanfängern.

Schwierigkeit: Probe –2

Dauer: 30 min + 20 min Kochzeit

ZUTATEN

1 kg	grüne Bohnen (TK)
8	Kartoffeln
1 Pkt.	Gelderländer Speck (gepökelter Schweinebauch)
3	Zwiebeln
~3 L	Rinderbrühe
50 g	Fetter Speck
2	Lorbeerblätter
1 EL	Kerbel (gerebelt)
1 Msp	Kümmel
	Salz, Pfeffer

Wie schon versprochen ist das Kochen hier super einfach! Man kann natürlich auch selbst eine Suppe aus Knochen kochen, aber das ist nicht nötig. Auch wenn eine selbstgemachte Brühe ziemlich lecker ist, kann man sie hier gut durch Instantprodukte aus dem Supermarkt ersetzen.

VORBEREITUNG

Man setzt einen großen Topf mit der Brühe auf und bringt sie zum kochen.

In der Zwischenzeit kümmert man sich um die Zwiebeln, die Kartoffeln und den fetten Speck. Man befreit Kartoffeln und Zwiebeln von ihren Schalen. Die Kartoffeln werden nach dem Schälen in etwa W6-große Stücke geschnitten, während die Zwiebeln einfach nur halbiert und dann geviertelt werden. Der fette Speck wird fein gewürfelt.

ZUBEREITUNG

Wenn das Wasser kocht, gibt man die Bohnen, Kartoffeln, Zwiebeln, den Gelderländer Speck und, als einziges Gewürz, die Lorbeerblätter dazu. Jetzt wartet man kurz ab, bis der Eintopf wieder kocht und dreht die Hitze auf eine mittlere Stufe zurück.

Nach etwa 20 min sind die Kartoffeln gar. Jetzt können die Würstchen (ohne Wurstwasser) in die Schnippelbohnen, damit sie heiß werden.

Jetzt kommen wir zum fetten Speck. Aus dem Speck wird in einem kleinen Topf eine Brenne hergestellt. Dafür lässt man den Speck aus und wartet, bis die feinen Würfel im eigenen Fett goldbraun sind. Dann muss der Topf sofort vom Herd, da sie schnell zu dunkel werden. Kurz abkühlen lassen, und dann die Brenne in den Eintopf geben. Vorsicht! Wenn die Brenne noch zu heiß ist, kann es beim Umgießen fies spritzen.

Fertig!



KÄSE/LAUCHSUPPE

Auch das ist ein Klassiker. Ich habe sie in Tütchenzubereitung kennen gelernt, aber mit frischen Zutaten schmeckt sie viel besser und man weiß, was drin ist. ;-) Und viel länger dauert die Zubereitung so auch nicht.

Schwierigkeit: Probe +0

Dauer: ~ 30 min

ZUTATEN

1 kg	Hackfleisch (Halb/Halb)
500 g	Champignons* (für Pilzliebhaber auch gerne mehr)
1–1,5 kg	Porree (gewaschen und geschnitten, TK geht auch)
400 g	Sahne
2 Becher	Schmelzkäse
400 g	Frischkäse
2–2,5 L	Rinderbrühe
	Öl zum Braten
	evtl. 200 ml Weißwein oder 100 ml Sherry*
	Lorbeer
	Kümmel
	Muskatnuss
	Kerbel (gerebelt)
	Salz, Pfeffer

Dazu: Baguette, Weißwein-Essig

VORBEREITUNG

Frischer Porree: die Wurzel sehr knapp abschneiden und die sehr dunkelgrünen Blattspitzen abschneiden. Dann den Porree der Länge nach aufschneiden und gründlich unter fließendem kaltem Wasser waschen! Oft verbirgt

sich eine nicht unbeträchtliche Menge Sand in den Stangen. Tiefkühlware muss nicht aufgetaut werden.

Champignons: in 0,5 – 1cm starke Scheiben schneiden. Tiefkühlware muss nicht aufgetaut werden.

Rohes Hackfleisch salzen (Brühe geht auch).

Eine volle Ladung Wasser im Wasserkocher erhitzen.

ZUBEREITUNG

Öl in den Topf geben und das Hackfleisch darin anbraten, wenn das Fleisch nicht so richtig braten will und viel Wasser lässt, kein Problem, abwarten, bis das eingekocht ist. Wenn es wieder anfängt zu brutzeln noch etwas anbraten, bis es leicht Farbe annimmt (nicht zu viel rühren!). Das Ganze könnt ihr jetzt mit Sherry oder Weißwein ablöschen und wieder etwas einreduzieren lassen. (Wenn ihr ohne Alkohol kochen möchtet, dann könnt ihr den Schritt selbstverständlich einfach überspringen.)

Dann kommen die Pilze und der Porree dazu, dabei spielt es keine Rolle, ob frisch oder TK. Das Fleisch und Gemüse wird mit dem heißen Wasser aus dem Wasserkocher aufgegossen. Es sollte alles mit Wasser bedeckt sein. Bei TK-Gemüse auf jeden Fall mit kochendem Wasser aufgießen, bei frischem Gemüse geht auch leitungswarmes Wasser. An dieser Stelle schon mal mit Brühe und Salz abschmecken. Die restlichen Gewürze warten noch, die Aromen überleben sonst die Hitze nicht.

Das Ganze jetzt einmal aufkochen lassen. In die Suppe gibt man jetzt Schmelz- und Frischkäse und rührt solange, bis sich der Käse aufgelöst hat. Danach nochmal 5 Minuten bei mittlerer Hitze weiter ziehen lassen. Dann wird die Hitze klein gestellt und wenn die Suppe nicht mehr kocht, gibt man die Sahne und die Gewürze dazu. Sobald die Sahne im Topf ist, sollte die Suppe nicht mehr kochen!

Wer die leicht saure Note des Frischkäses nicht mag, kann ihn durch Schmelzkäse ersetzen.



BROCCOLI-KARTOFFEL-AUFLAUF

Schwierigkeit: unmodifizierte Probe

Dauer: 45 min + 30 min Garzeit

ZUTATEN

1,5 kg	Kartoffeln
1 kg	Broccoli
2	Zwiebeln
4	Eier
200 g	Frischkäse oder Schmand
200 g	Sahne
	Petersilie (frische oder TK)
	Käse zum Überbacken
	Butter oder Margarine zum Einfetten
	Salz, Pfeffer, Muskatnuss, Kümmel, Paprika

VORBEREITUNG

Broccoli waschen und die Röschen abschneiden. Das trockene Ende des Strunks abschneiden und den Rest in schmale Streifen schneiden, zur Seite stellen (der Strunk schmeckt fast wie Kohlrabi und kann deshalb einfach mitverarbeitet werden!). Die Röschen werden blanchiert. Dafür setzt man einen Topf mit Salzwasser auf und stellt sich kaltes Wasser zum Abschrecken bereit (entweder in der sauberen Spüle oder einer Schüssel). Wenn das Wasser kocht, gibt man die Röschen je nach Größe für 2-3 min in das Wasser und danach mit dem Schaumlöffel

sofort in das kalte Wasser. Gut abtropfen lassen und zur Seite stellen.

Zwiebeln schälen, halbieren und die Hälften dann in feine (!) Ringe schneiden.

Kartoffeln schälen und in feine Scheiben schneiden. Fein heißt hier: <4mm. Das ist wichtig, damit sie gar werden. Wenn man meint, dass man das mit einem Messer nicht hin bekommt, kann man die geschälte Kartoffel auch mit dem Sparschäler oder einem Gemüsehobel in Scheiben schneiden.

Backofen vorheizen (180°C Umluft oder 200°C Ober/Unterhitze)

Die Eier, Schmand/Frischkäse, Sahne, Petersilie und die Gewürze werden zu einer glatten Sauce verrührt.

Die Auflaufform wird mit dem Fett ausgefettet.

ZUBEREITUNG

Die Kartoffelscheiben und den Broccoli in die Auflaufform geben, mit Salz und Pfeffer würzen und einmal grob durchmischen. Die Schmand-Eiersauce darüber geben und zuletzt den Käse über allem verteilen. Alles für 30 min in auf mittlerer Schiene in den Ofen schieben.

Lecker darin sind auch Cherry-Tomaten oder Balkankäse (statt Gratinkäse) zum Überbacken.

TOMATEN-HACKFLEISCHSAUCE FÜR NUDELN

Schwierigkeit: Probe +2

Dauer: 30 min

ZUTATEN

1 kg	Hack
1 Tube	Tomatenmark
3 kl. Dosen	geschälte Tomaten
2	Zwiebel
2-4 Zehen	Knoblauch
150 g	Parmesan (am Stück)
400 ml	Rotwein (optional)
1 TL	Zucker
	Olivenöl
	Salz, Pfeffer, Oregano

VORBEREITUNG

- Knoblauch schälen
- Zwiebeln schälen und kleinschneiden
- Tomaten aus den Dosen klein schneiden (den Saft nicht weggießen!)
- Parmesan reiben

ZUBEREITUNG

Hackfleisch salzen und scharf in Öl anbraten. Zwiebeln, Knoblauch und Tomatenmark dazugeben und alles etwas schmoren lassen, mit 200 ml Rotwein (oder Wasser) ablöschen, etwas einkochen lassen. Den Tomatensaft und die kleingeschnittene Tomaten dazu geben und mit Deckel etwa 10 Minuten schmoren lassen. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Oregano abschmecken. Einen Teil des Salzes könnte man durch Brühe ersetzen, das sollte aber nicht notwendig sein. In die nicht mehr kochende Sauce 1 EL Olivenöl rühren.

Portionen nach Bedarf mit Parmesan bestreuen.

Die benötigte Nudelmenge beträgt bei uns immer etwa 1 kg.

Dazu eventuell einen kleinen Salat.



GHULARSCH

Schwierigkeit: Probe +3

Dauer: 30 min + 1,5 h schmoren

ZUTATEN

1 kg	Fleisch*
1 kg	Zwiebeln
1 kg	Paprika (bunt)
8	kleine Gewürzgurken
100 ml	Sherry
1 EL	Paprikamark (gibt's zum Beispiel im türkischen Lebensmittelladen)
	Salz / Pfeffer / Paprika süß (2 EL) / Paprika scharf (2 EL) / Kümmel (0,5 TL) / Piment / Lorbeerblatt / Kerbel
	Peperoni
	Öl zum Anbraten

* wenn man kein fertiges Gulasch nehmen möchte, kann man einen nicht zu mageren Braten nehmen. Sehr gut eignen sich Schulter oder Stücke aus der Keule. Geflügel (zum Beispiel Putenkeule) eignet sich auch gut für dieses Gericht.

VORBEREITUNG

- Fleisch in mundgerechte Stücke schneiden
- Zwiebeln schälen und achteln

- Paprika waschen, putzen und in mundgerechte Stücke schneiden
- Peperoni fein würfeln
- Gewürzgurken fein würfeln

ZUBEREITUNG

Das Fleisch mit den Peperoniwürfeln vermischen und portionsweise scharf anbraten. Die letzte Portion mit Sherry ablöschen und anschließend alles in einem Topf vereinen. Das Gemüse, Paprikamark und die eingelegten Gurken und etwa 1,5 l Wasser dazu geben. Mit Salz und Paprika abschmecken. Alles eine Stunde bei mittlerer Hitze schmoren lassen, hin und wieder umrühren. Wenn das Fleisch weich ist, mit den restlichen Gewürzen abschmecken. Durch die verkochten Zwiebeln und Paprika sollte die Sauce ausreichend angepökelt sein. Wenn nicht, einfach bei offenem Deckel noch etwas einreduzieren lassen.

Dazu: Nudeln

Das Rezept lässt sich leicht zur Suppe abwandeln. Dafür einfach die doppelte Menge Wasser zugeben (kann man auch teilweise durch Rotwein oder mehr Sherry ersetzen) sowie 8 mittlere Kartoffeln ergänzen. Am Ende der Garzeit einen Schuss Olivenöl für den Geschmack unterrühren und mit Brot servieren.



SHEPHERDS PIE-VARIANTE

Schwierigkeit: Probe +4
Dauer: 1h (+ 20 min Backzeit)

ZUTATEN

1 kg	Hack Halb/Halb oder Tofugehacktes
2	Zwiebeln
1 Zehe	Knoblauch
1	Paprika
250 ml	Brühe
	Gewürze: Paprikapulver (süß & scharf),
	Salz, Pfeffer, gemahlener Kümmel, Piment
	Öl zum Braten
3	Möhren
500 g	Erbsen (TK)
	Salz, Zucker, Pfeffer
1200 g	Kartoffeln (vorwiegend festkochend)
	Milch
100 g	Butter
	Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Ein Shepherds Pie ist ein geschichteter Auflauf, der etwas aufwändiger ist, dafür aber auch ziemlich lecker. Damit es nicht zu verwirrend wird, trennen wir das Rezept hier nach den verschiedenen Schichten.

SCHICHT 1

Hackfleisch: 1 Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Paprika waschen und in feine Streifen schneiden. Knoblauch schälen. Das alles wird in einer Pfanne angebraten. Dafür wird zuerst der Knoblauch in das noch nicht heiße Fett gepresst. Sobald der Knoblauch anfängt "zu braten", Hackfleisch und Zwiebeln zufügen und krümelig braten. Nachdem Fleisch und Zwiebeln Farbe angenommen haben, mit etwas Brühe ablöschen. Dann wird die Paprika dazu gegeben und kurz mit gegart. Das Hack ist jetzt fertig und kann direkt in die Auflaufform gegeben werden.

SCHICHT 2

Möhren schälen und nach Belieben klein schneiden. Erbsen und Möhren mit einem TL Zucker und einem TL Salz in einen Topf geben und mit kochendem Wasser übergießen. Das Gemüse kurz kochen lassen (~5 min). Nach dem Abgießen das Gemüse pfeffern und als zweite Schicht auf das Hackfleisch geben.

SCHICHT 3

Kartoffeln schälen, klein schneiden und in Salzwasser kochen. Wenn die Kartoffeln gar sind, Butter und zunächst 250 ml Milch zugeben und mit einem Kartoffelstampfer alles klein stampfen. Milch zugeben, bis die Konsistenz passend erscheint. Abschmecken mit Salz, Pfeffer und Muskat. Der Brei wird dann mit einem Teigschaber oder Löffel auf die Gemüseschicht aufgebracht und glatt gestrichen. Die Auflaufform kommt jetzt noch bei 180° für 15–20 min bei Oberhitze (oder Grillfunktion) in den Backofen (der Kartoffelbrei sollte oben gebräunt sein und langsam knusprig werden).

Das ist eine der möglichen Varianten, lecker ist auch eine Kombination aus Hackfleisch abgeschmeckt mit Minze und Kreuzkümmel, Fetakäse, Aubergine und Paprika unter dem Kartoffelbrei. Denkbar ist das Rezept in allen möglichen Kombinationen mit saisonalem Gemüse.



BAGUETTES

Das ist wieder eins der supereinfachen Rezepte! Aber es schindet Eindruck!

Bei uns haben die Baguettes als Beilage zu einem großen, frischen Salat mit gerösteten Sonnenblumenkernen und Speckwürfeln ihren festen Platz gefunden.

Schwierigkeit: Probe –2

Dauer: 30 (+ 20 min Backzeit)

ZUTATEN

Aufbackbaguettes (je nach Hunger, 2 Baguette/Person ist für den großen Hunger / inwiefern es problematisch ist vegane Baguettes zu kaufen, weiß ich nicht.)

Kräuterbutter* (für eine vegane Variante die Butter durch Olivenöl oder Margarine ersetzen)

200 g Gratinkäse oder Mozzarella oder beides

BELAG

Am Großen Fluss

250 g Champignons
4 Scheiben gekochter Schinken
3 Strauchtomaten
1 Zwiebel

Yaquirtal

1 Pkt. Salami
1 Paprika
1 Zwiebel
10 Oliven schwarz, entsteint, in Ringe geschnitten

Port Stoerrebrandt

2 Scheiben Ananas (sehr fein geschnitten)
4 Scheiben gekochter Schinken
3 Strauchtomaten
1 Zwiebel

À la Tsa

200 g Broccoli
1 Zwiebel
1 Tomate
1 Paprika
1 Pkt. Dosenmais

VORBEREITUNG

Backofen vorheizen auf 180° (egal ob Umluft oder Ober-/Unterhitze). Alle Zutaten in sehr feine Scheiben schneiden. Broccoliröschen in kleine Büschelchen trennen oder vom Stängel her schneiden. Schinken und Salami in Streifen schneiden.

ZUBEREITUNG

Die Zubereitung ist denkbar einfach. Die Baguettes werden aufgeschnitten und mit Kräuterbutter bestrichen. Die Hälften werden auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech gelegt und können jetzt belegt und mit Käse bestreut werden. Im Prinzip kann man sie mit allem belegen, was einem überbacken schmeckt. (Auch Dosenthunfisch, da mir aber schon beim Gedanken an den Geruch schlecht wird, kann ich das nicht guten Gewissens empfehlen). Als generelle Empfehlung: Fleisch oder alles, was sehr flächig ist, **nicht zu dicht** auslegen, dann kann das Wasser aus der Butter und dem Brot nicht gut entweichen und das Brot wird pappig. Dasselbe gilt für die Gemüsemenge. Gemüse lässt je nach Sorte recht viel Saft, wenn es erhitzt wird. Wenn auch hierbei die Menge zu groß oder die Käseschicht zu dick ist, wird es nicht schön knusprig.

*Kräuterbutter:

200 g weiche Butter**
1–2 EL Italienische Kräuter (TK)
1 Knoblauchzehe
½ kleine Zwiebel
Salz, Pfeffer, etwas Paprikapulver

Das Ganze wird einfach zusammen in ein Schüsselchen gegeben und mit einer Gabel zu einer homogenen Masse verknetet.

**nicht in der Mikrowelle aufwärmen(!), wenn die Butter einmal geschmolzen ist, dann wird sie nicht wieder zu homogenem Streichfett, sondern gerinnt und flockt, Wasser tritt aus und es wird insgesamt nicht mehr lecker.



CURRY

Ich liebe Curry! Aber das ist nichts für Weicheier. Wenn man sich ein bisschen auf die Suche nach den coolen Gewürzen begibt, dann wird das ein echtes Erlebnis für den Maraskanreisenden. Dieses Rezept ist weit von irgendwas Authentischem, sondern das, was sich so in den Jahren in Salazas und meiner Küche herauskristallisiert hat. Auch wenn Salaza und ich begeisterte Fleischesser sind, essen wir dieses Gericht öfter vegetarisch als nicht vegetarisch. Dieses Curry kommt gut ohne Reis oder andere Beilage aus, die Kartoffeln & Kichererbsen haben genug Kohlenhydrate.

Schwierigkeit: Probe +5

Dauer: 45 min

ZUTATEN

1 kg	Hühnerbrust oder Innenfilets
8	mittelgroße* Kartoffeln
2	Möhren
~400–500 g	Kichererbsen (abgetropft)
1	Paprika
½	Blumenkohl
100 g	Rosinen
100 g	Mandelstifte
400 ml	Brühe

oder für Vegetarier und Veganer

8	Kartoffeln
2	Möhren
~400–500 g	Kichererbsen (abgetropft)
1	Paprika
1	Blumenkohl
1	Aubergine
100 g	Rosinen
100 g	Mandelstifte
400 ml	Brühe

Die Rosinen bitte nicht ersatzlos streichen! Wenn die nicht rein sollen, kann man sie gut durch getrocknete Aprikosen oder 2 EL Aprikosenmarmelade ersetzen.

Gewürze:

Sind hier ein heikles Thema, die sind das A und O für ein Curry. Die fertigen Mischungen aus dem Supermarkt sind da meiste nicht so das Wahre, weil die oft mehr geschmackloses Erbsmehl als alles andere enthalten. Ich empfehle, da ein bisschen herum zu probieren. Eine fast überall erhältliche Marke ist TRS. Die haben nicht nur wirklich leckere fertige Currymischungen, sondern auch die anderen unten aufgeführten Gewürze in einer guten Qualität.

1–3	Peperoni (optional und je nach ausgewähltem Curry)
1 EL	Garam Marsala
10–20	Curry-Blätter (manchmal in ausgesuchten "Asialäden" sogar frisch erhältlich! Dann weniger nehmen und draufbeißen vermeiden.)
1 EL	Kreuzkümmel
2–3 EL	Madras-Curry
	Bockshornklee
	gemahlener Koriander
	Curcuma
	Zitronensaft
	Salz

zusätzlich:

2x 500 g	Joghurt/Sojajoghurt (mein Favorit ist normaler Joghurt mit 1,5% Fett)
----------	---

VORBEREITUNG

Um es kurz zu machen: Alles Gemüse wird in mundgerechte Stücke zerhackstückt. Es empfiehlt sich, die Aubergine von den übrigen Gemüsen zu trennen. Für die fleischige Variante wird das Hähnchen in schmale Scheiben geschnitten. Das geschnittene Fleisch wird mit einem TL Curry "vorgewürzt" sowie mit etwas Koriander und einem EL Joghurt vermischt und wenigstens 10 Minuten mariniert. In der Zwischenzeit werden die Mandelstifte ohne Öl in einer Pfanne angeröstet. Wenn sie gut gebräunt sind, werden sie aus der Pfanne entfernt und zur Seite gestellt.

Dann geben wir etwas Öl in einen Wok oder eine Wokpfanne. Dann machen wir etwas, das normalerweise total böse ist*, in das heiße Öl geben wir das Garam Marsala, Kreuzkümmel und Koriander und die potentielle Peperoni und rösten alles etwas an, bevor die Pflanzenfresser die Aubergine dazu geben und die Hühnerfraktion fängt mit dem Fleisch an. Wenn das angebraten ist, geben wir den Rest an Gemüse (außer der Paprika) und die Rosinen dazu und braten alles unter Rühren ein bisschen an und löschen es mit (Gemüse-)Brühe ab. Zu guter letzt müssen jetzt noch Curryblätter dazu (am besten in einem Teeei o.ä.).

Das Ganze muss jetzt bei mittlerer Hitze vor sich hinschmoren, bis die Kartoffeln gar sind. Dann darf auch die Paprika in die Pfanne.



Und jetzt kommen wir zum heiklen Part, würzen: Das blöde ist, das ist extrem schwer, das zu beschreiben.

Ich mache das in etwa so: Ich nehme meine Grundwürze, in diesem Fall das Hot Madras Curry und gebe davon 2 bis 3 EL in den Wok. Dann nehme ich mein Lieblingscurrygewürz, den Bockshornklee, und gebe davon etwas dazu. Dann einmal gut umrühren und probieren. Das ist sowas wie die Basis und dann versuche ich das Ganze abzurunden. Das ist halt die Stelle, an der es quasi metaphysisch wird, danach kommen solange Sachen dazu, bis der Geschmack mir rund vorkommt. Meist nehme ich die oben genannten Gewürze zur Hand, rieche dran und gebe dann nach Gefühl was davon rein, je nachdem wie passend sie mir gerade erscheinen. Die Mengen variieren

dabei von Mal zu Mal beträchtlich. Das ist am Anfang eine Glücks- und später eine Erfahrungssache. ;-)

*normalerweise kommen Gewürze erst dazu, wenn das Gericht nicht mehr lange und stark erhitzt wird. Dieses Gericht macht das aber anders, die Gewürze werden vorher in Öl angeschmort, das verändert den Geschmack und viele der Aromen (wie zum Beispiel Nelke und Kardamom aus dem Garam Marsala) profitieren davon.