

Spezialitäten aus Indien und Österreich

[SR* sr.de/sr/fernsehen/sendungen_a_-_z/uebersicht/im_suedwesten_kocht_die_welt/20210911_iskdw_indien_oesterreich_100~_seite-4.html](http://sr.de/sr/fernsehen/sendungen_a_-_z/uebersicht/im_suedwesten_kocht_die_welt/20210911_iskdw_indien_oesterreich_100~_seite-4.html)

Rezept: Dal

Rote Linsen einweichen und ca. 15 min. kochen.

Für die Soße:

Ghee, die indische geklärte Butter, in eine Pfanne geben. Darin rote Zwiebeln anbraten. Schwarzkümmel (kein Pulver), Lorbeerblatt, Knoblauch-Ingwer-Paste, getrockneter Koriander, 1-2 Nelken hinzugeben.

In einer zweiten Pfanne 2 rote Chilischoten und zwei gestückelte Tomaten in Öl anbraten. Die gekochten Linsen hinzufügen und etwas Wasser dazugeben.

Den Inhalt beider Pfannen vermengen.

Mit frischem Koriander bestreuen und mit Basmatireis und indischem Fladenbrot, z.B. Naan, servieren.

Spezialitäten aus Indien und Österreich

[SR* sr.de/sr/fernsehen/sendungen_a_-_z/uebersicht/im_suedwesten_kocht_die_welt/20210911_iskdw_indien_oesterreich_100~_seite-3.html](https://www.sr.de/sr/fernsehen/sendungen_a_-_z/uebersicht/im_suedwesten_kocht_die_welt/20210911_iskdw_indien_oesterreich_100~_seite-3.html)

Der Lieblingskäse von Ritika ist Paneer, ein indischer Frischkäse aus Rohmilch. In Indien kann man ihn fertig kaufen, in Deutschland nicht. Aber auch in Indien machen ihn viele Haushalte noch selbst. Mit diesem Käse stellt sie die Vorspeise Paneer-Pakora und die Hauptspeise Butter Paneer Masala her, ein Curry.

Paneer herstellen:

Rohmilch von einem Bauernhof holen und zum Kochen bringen. Tafelessig dazu geben, er verfälscht nicht den Geschmack.

Die Milch stockt sofort – der Käse schwimmt oben, die Molke bleibt unten. Die Masse durch ein Baumwolltuch gießen – der Käse bleibt im Tuch. Damit er fest wird, presst man den Käse mit Hilfe von zwei Brettern und etwas Kraft.

Jetzt kann er verarbeitet werden.

Vorspeise: Paneer-Pakora

Den Käse in ca. 5 cm lange Streifen schneiden.

Für die Panade:

Kichererbsenmehl würzen mit:
den Gewürzmischungen Garam Masala und Chat Masala

Kurkuma

Kreuzkümmel

Kashmiri Chili

Bochshornkleeblätter

Kreuzkümmel

Salz.

Wasser hinzugeben und vermengen.

Den Käse in der Panade wälzen und im Wok in Sonnenblumenöl frittieren. Dieses Öl ist neutral im Geschmack.

Die Paneer-Pakora hat Ritika auf Chutney serviert. Dafür frischen Koriander und frische Minze, Babymango, grünen Chili und Jaggery, den indischen Zucker, zu einer glatten „Soße“ mixen.

Hauptspeise: Butter Paneer Masala-Curry

Wichtigste Grundlage für ein Curry ist die Paste: Tomaten, Zwiebeln, Knoblauch, Ingwer, Zimt, Nelken und Kardamom werden mit Wasser unter Rühren so lange verkocht, bis die Masse zähflüssig ist.

Den gewürfelten Paneer-Käse in die Masse geben.

Nochmals würzen mit Chilipulver, Boxhornkleebblättern, Chat Masala.

Sahne und Butter hinzufügen als Geschmacksträger.

Zum Abrunden des Geschmacks Honig hinzufügen.

Mit frischem Koriander bestreuen und mit Basmatireis und Linsenbrot servieren.

Spezialitäten aus Indien und Österreich

[SR* sr.de/sr/fernsehen/sendungen_a_-_z/uebersicht/im_suedwesten_kocht_die_welt/20210911_iskdw_indien_oesterreich_100~_seite-5.html](https://www.sr.de/sr/fernsehen/sendungen_a_-_z/uebersicht/im_suedwesten_kocht_die_welt/20210911_iskdw_indien_oesterreich_100~_seite-5.html)

Erdäpfelsoß mit G'selchtem (4 Personen):

800 g Erdäpfel (vorwiegend festkochend oder mehlig)
1 guter TL Majoran (gerne sogar etwas mehr)
1 Prise Muskat
Krenwurzel (Meerrettich, ggfls. fertig gerieben aus dem Glas)
3-4 Essiggurkerl, Gurkenwasser
Salz, Pfeffer

Erdäpfel klein schneiden, mit Wasser bedecken, ein paar Scheiben Kren, Majoran und Salz mit ins Wasser und die Erdäpfel weichkochen.

Wenn die Erdäpfel weich sind, Krenscheiben rausnehmen und zerdrücken. Es dürfen ruhig noch ein paar Stückchen übrig bleiben. Die Soße sollte flüssiger sein als Püree.

Mit geriebenem Kren, kleingeschnittenen Gurkerl, Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

"Geselchtes, auch „Selchfleisch“ genannt, ist eine aus Schweinefleisch hergestellte Kochpökelerde. Es wird nach dem Pökeln überwiegend heiß geräuchert (= heiß geselcht) und traditionell vor dem Verzehr einer Durcherhitzung (= Kochen) unterzogen.

Heute versteht man unter dem Begriff „Geselchtes“ zahlreiche Spezialitäten wie Selchroller, Rollschulter, Rollschinken, Teilsames, Rollkarree, Selchschof, Rollschopf, Selchstelze, Räucherzunge, Selchkarree, sowie Selchkarre und Selchschof mit eingewachsenen Knochen oder Kaiserfleisch (vom Bauch)."