

Grillen mit Ali und Adnan

## Rezepte zur Folge 1: Gockerl meets Tropenfrüchte

Stand: 14.06.2022 | Bildnachweis



**Gegrilltes Bio-Gockerl mit Kokos-Currylinsen,**

**Karotten-Papayasalat mit gefüllten Auberginen und Blumenkohl aus dem Wok.**

(Rezeptur für 4 Personen)

### **Gockerl**

1 Bio-Gockerl ca. 2kg

Das Gockerl vor dem Grillen auslösen: Keulen im Ganzen grillen, Brüste portionieren, marinieren und in die Bananenblätter wickeln. Die Flügel mit den Linsen zusammen garen.



### **Gockerl Brust im Bananenblatt**

2 Brüste vom Gockerl

2 Bananenblätter

### **Marinade dazu**

2 Knoblauchzehen

2 EL Olivenöl

4 EL Sojasauce

½ TL Paprikapulver

Korianderstiele

Salz

Abrieb von einer Limette

### **Currymischung nach Ali**

½ TL schwarze Pfefferkörner

½ TL Szechuanpfeffer

5 Kardamomkapseln

1 frische Kurkumawurzel gerieben

½ TL Kreuzkümmel

½ TL Koriandersamen

1-2 Knoblauchzehen

Alles zusammen im Mörser zu einer Paste verarbeiten.



### **Kokos-Currylinsen**

200 g rote Linsen

500 ml Kokosmilch

1 mittlere Zwiebel geschält

2 Fleischtomaten

2 Stängel Zitronengras

Sonnenblumenöl

Für die Kokos-Currylinsen die Zwiebeln würfeln, in Olivenöl anschwitzen, die Linsen hinzufügen und mit Kokosmilch und evtl. etwas Wasser auffüllen. Geklopftes Zitronengras hinzugeben und zugedeckt garen lassen. Nach etwa der halben Garzeit die frischen Tomaten dazu reiben. Mit der Currypaste und Salz abschmecken.



### **Blumenkohl aus dem Wok**

1 kl. Blumenkohl in Röschen teilen

1 rote Zwiebel

60 g Cashew-Kerne

4 EL Oliven- oder Sonnenblumenöl

1 rote Paprika gewürfelt

1-2 Chilischoten

2-3 Knoblauchzehen

1 Stängel Zitronengras

50 ml Sojasauce salzarm

1 Bund Zwiebellauch

Saft von ½ Limette

getrocknete Aprikosen

Alle Zutaten nach und nach im Wok garen und ab und zu mit etwas Wasser ablöschen.



### **Gefüllte Auberginen mit Kokos-Currylinsen**

5 kl. Auberginen

Vier kleinere Auberginen grillen, dann aufschlitzen und mit Currylinsen füllen.

Auf den restlichen Linsen die fertigen Keulen anrichten!

### **Karotten-Papayasalat**

2 Karotten

2 rote Karotten

1-2 kl. rote Chicoree

1 kl. Bund frischer Koriander

1 Papaya

1-2 Babybananen

Saft von einer Limette

Salz

Olivensöl

Karotten hobeln, Papaya schälen und in Würfel schneiden; Chicoree in Stücke schneiden, Koriander grob zerkleinern und den Salat mit Limettensaft, Öl und Salz abschmecken.



### **Gockerlkeulen auf Kokos-Currylinsen**

2 Keulen vom Gockerl

Schnittlauch

Koriander

Salz

Auf Kokos-Currylinsen legen