Indisches Lammfondue mit Kokos-Erdnuss-Sauce

Meine Wahl.

Gesamtzeit: 1 h

Einfach

Zutaten

für 10 Personen

Fleisch

2 kg	Huft vom Schweizer Lamm
3 EL	Currypulver
	Salz
	Pfeffer
1	Zwiebel
2	Knoblauchzehen
1 dl	Weisswein
1.5 dl	Hühnerbouillon
5 dl	Kokosmilch
1	Limette (Saft und Schale)
1	Limettenblatt
1	grosse Chilischote
8	Kardamomkapseln

Kokos-Erdnuss-Sauce

4 dl	Kokosmilch
4 EL	Erdnussbutter
4 EL	Teriyaki-Sauce
120 g	gesalzene Erdnüsse
2 g	Chilipulver
	etwas Limettenschale
	Salz

Zubereitung

Nährwerte

1 Portion (ohne Naan-Brot) enthält ca.:

713	kcal
48 g	Eiweiss
10 g	Kohlenhydrate
52 g	Fett

enthält Gluten

Laktosefrei

Tipp

Die Bouillon des Lammfondues hat am Ende einen sehr ausgeprägten Lammduft. Dieser eignet sich eher weniger für eine Suppe. Aber zum Ansetzen eines Lammcurrys kann die Bouillon ohne Weiteres verwendet werden.

1

Fleisch

Lammhuft parieren und in ca. 3 cm grosse Würfel schneiden. Mit einem Drittel des Currypulvers, Salz und Pfeffer würzen, auf einer Seite kurz anbraten und sofort kühl stellen. Zwiebeln und Knoblauch schälen, fein hacken und in der gleichen Pfanne mit etwas Öl oder Butter andünsten. Mit dem restlichen Currypulver würzen und mit Weisswein ablöschen. Etwas reduzieren, Bouillon und Kokosmilch hinzugeben. Etwas Limettensaft, die Schale und alle restlichen Zutaten zugeben, aufkochen und ca. 30 Minuten ziehen lassen. Vor dem Servieren passieren und abschmecken. Bouillon in Rechaud-Pfannen servieren. Lammstücke auf Fonduegabel aufspiessen und im Curryfond garen.

2

Kokos-Erdnuss-Sauce

Alle Zutaten im Mörser oder mit dem Cutter mixen und abschmecken.

Dazu passt Naan-Brot mit Knoblauch und Kräutern.