

BETTINA
MATTHAEI

CURRY



Aromen –
genial
kombiniert

WERKSTATT





INHALT

07 VORWORT

09 AROMEN ENTDECKEN

Jedes einzelne Gewürz ist
vielschichtig in Geschmack und Aroma.

Alle Facetten kennenzulernen
und miteinander zu kombinieren,
gleicht einer endlosen Entdeckungsreise.

39 BASICS UND BEILAGEN

Oft genügt ein Löffelchen einer würzigen
Kleinigkeit, um einem schnellen
und einfachen Alltagsgericht einen
exotischen Touch zu verpassen.

82 SNACKS, SUPPEN UND SALATE

Würzige Snacks und kleine Gerichte, die Sie
auf eine Entdeckertour durch die Welt der Aromen
und Geschmackserlebnisse mitnehmen.



111 **FÜR JEDEN TAG**

Alltagsessen muss nicht alltäglich schmecken!
Verwöhnen Sie sich mit aromatischen Currys – ganz einfach
gemacht und in knapp 30 Minuten auf dem Tisch!

155 **FÜR GÄSTE UND FESTE**

Geschmacksüberraschungen und ungewöhnliche
Zutatenkombinationen machen aus eigentlich
einfachen Gerichten faszinierende Gästeessen.

182 **MIX & MATCH**

184 **REGISTER**

188 **DIE PERFEKTE KOMBI**

190 **IMPRESSUM**





AROMEN ENTDECKEN

**Jedes einzelne Gewürz ist
vielschichtig in Geschmack und Aroma.**

**Alle Facetten kennenzulernen
und miteinander zu kombinieren,
gleichet einer endlosen Entdeckungsreise.**

ROTE THAI-CURRYPASTE

Im Original werden die Pasten im Mörser zerstoßen.
Ich mache mir die Arbeit leichter und verwende
ein scharfes Messer und den Blitzhacker oder Pürierstab.

Ob rot, gelb oder grün: So verwenden Sie Currypasten richtig – für das perfekte Geschmackserlebnis!

Zum Marinieren

... das Fleisch oder Gemüse mit etwas Paste (oder einer Mischung aus Paste und Joghurt) einreiben und abgedeckt im Kühlschrank ca. 30 Min. ruhen lassen. Danach braten oder grillen.

Zum Anbraten von Fleisch

... etwas Öl in einem Wok oder einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln darin glasig dünsten und an den Rand schieben. 1–2 EL Paste in die Mitte der Pfanne geben und unter Rühren anrösten, bis es duftet. Das Fleisch darin nach Rezeptangabe rührbraten und mit Tomaten, Kokosmilch oder Sahne ablöschen.

Zum Abschmecken

... und Nachwürzen sind die Pasten ebenfalls bestens geeignet – ganz individuell auch bei Tisch.

Zum Aufbewahren

... die frisch zubereitete Paste, die nicht sofort verwendet wird, in ein gut verschließbares Schraubglas geben und mit einer dünnen Ölschicht begießen. Das Glas verschließen und die Paste in den Kühlschrank stellen. So ist sie mindestens 10 Tage haltbar.

Viele kreative Möglichkeiten

Ganz abgesehen von der klassischen Verwendung können Currypasten vielfältig eingesetzt werden: in einer Vinaigrette, etwa für einen Gurkensalat. Für mehr Würze in einem Gemüsepüree oder Kartoffelstampf. Zum Aufpeppen einer Tomatensauce. In einem Hummus. In Fleischbällchen. In Dips auf Basis von Frischkäse oder Nussmus. Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf!

FÜR 5–7 EL CURRYPASTE BRAUCHEN SIE:

5–7 getrocknete rote Chilischoten (ca. 5 g)
2 Stängel Zitronengras
5 Thai-Schalotten
2 Knoblauchzehen
1 große rote Chilischote (20 g)
4 Korianderwurzeln
20 g Galgant
2 frische Limettenblätter (ersatzweise TK)
1 TL gemahlener Koriander
1 TL gemahlener Kreuzkümmel
½ TL Salz
½ TL Garnelenpaste (nach Belieben)
2 EL Rapsöl (ersatzweise Erdnussöl)



Einweichen

Von den getrockneten Chilis die Stielansätze entfernen und die Kerne ausschütteln. Chilis mit heißem Wasser begießen, ca. 15 Min. einweichen.



Auslösen

Vom Zitronengras jeweils das Innere des verdickten Stängelendes, das »Bulbe« genannt wird, auslösen und hacken.



Hacken

Schalotten und Knoblauch schälen und hacken. Die frische rote Chilischote putzen, waschen und längs halbieren. Chili entkernen und hacken.

Schneiden

Korianderwurzeln putzen, abbrausen und in winzige Würfel schneiden. Galgant schälen und würfeln. Limettenblätter winzig klein schneiden.



Finishing

Eingeweichte Chilis ausdrücken, (Flüssigkeit auffangen) und mit vorbereiteten Zutaten sowie Koriander, Kreuzkümmel, ½ TL Salz und Garnelenpaste in einem hohen Rührbecher mit dem Pürierstab oder im Blitzhacker fein pürieren. Das Öl und, falls nötig, 1–3 EL Einweichflüssigkeit dazugeben.



ANANAS-ROSINEN-CHUTNEY

Süß und säuerlich, fruchtig und scharf – dieses Chutney hat alles, was ein Chutney-Lover-Herz höherschlagen lässt. Durch den relativ hohen Zuckergehalt ist es ungeöffnet lange haltbar. Perfekt auf Sandwiches oder zu Mozzarella.

100 g rote Zwiebeln
25 g Ingwer
3 Knoblauchzehen
1 rote Chilischote
1 Ananas (ca. 500 g Fruchtfleisch)
1 Bio-Limette
1 TL braune Senfkörner
2 EL Rapsöl (ersatzweise Erdnussöl)
125 g Jaggery (Rohrohrzucker; ersatzweise brauner Zucker)
50 ml Reisessig
150 ml Orangensaft
50 g goldene Rosinen (ersatzweise helle Sultaninen)
Salz
2 TL Currypulver (nach Wahl; z. B. mildes oder Englisches Currypulver, s. S. 20 bzw. S. 22)
¼ TL Cayennepfeffer (nach Belieben)

Für 20 Portionen
1 Std. Zubereitung
Pro Portion ca. 65 kcal,
2 g F, 0 g EW, 12 g KH

1 Zwiebeln, Ingwer und Knoblauch schälen. Die Zwiebeln ca. ½ cm groß würfeln, Ingwer und Knoblauch klein hacken. Die Chilischote putzen, waschen und längs halbieren. Chili entkernen und hacken.

2 Die Ananas so schälen, dass keine schwarzen »Augen« bleiben. Das Fruchtfleisch in ca. 1 cm dicken Scheiben vom Strunk schneiden, dann würfeln. Die Limette heiß abwaschen und trocken reiben. 2 TL Schale abreiben und den Limettensaft auspressen.

3 Die Senfkörner im Öl braten, bis sie anfangen zu knistern. Die Zwiebeln dazugeben und in ca. 5 Min. glasig dünsten. Knoblauch, Ingwer und Chili ca. 1 Min. unter Rühren mitdünsten, dann die Ananas untermischen. Alles mit dem Zucker bestreuen und diesen unter Rühren schmelzen lassen. Essig und Orangensaft angießen und aufkochen. Die Rosinen dazugeben. Die Masse unter gelegentlichem Rühren ca. 30 Min. köcheln lassen, bis sie marmeladenartig eindickt.

4 Zwei Schraub- oder Einmachgläser (à 230 ml Inhalt) mit kochendem Wasser ausspülen. Das Chutney mit knapp 1 TL Salz, Currypulver, Limettenschale, 1 ½ EL Limettensaft und Cayennepfeffer kräftig würzen, gut umrühren und in die Gläser füllen. Die Gläser fest verschließen und ca. 5 Min. auf den Deckel stellen. Dann die Gläser umdrehen und das Chutney auskühlen lassen. Durch den – verglichen mit den frischen Chutneys – relativ hohen Zuckergehalt ist es gut verschlossen auch nach Anbruch im Kühlschrank noch mehrere Wochen haltbar.



SPITZKOHL-MÖHREN-SLAW MIT TOM-KHA-DRESSING UND KOKOSCHIPS

Das Dressing braucht nur Kokosmilch und Tom-Kha-Paste, die für die notwendige Säure sorgt. Und wegen der fetthaltigen Kokosmilch ist auch kein weiteres Öl nötig.

1 kleiner Spitzkohl

Salz

2 Möhren

150 g Kokosmilch (aus der Dose)

15 g Tom-Kha-Paste

*(Fertigprodukt; nach
Geschmack etwas mehr)*

8 Stängel Koriandergrün

20 g geröstete Kokoschips

Für 4 Personen

10 Min. Zubereitung

30 Min. Marinieren

Pro Portion ca. 120 kcal,

8 g F, 4 g EW, 8 g KH

1 Vom Spitzkohl die äußeren Blätter entfernen, anschließend den Kohl waschen und trocken reiben. Den Kohl ohne den Strunk in dünne Streifen (ca. 300 g) hobeln und diese mit 1 TL Salz bestreuen. Streifen 2–3 Min. mit den Händen durchkneten, bis der Kohl geschmeidig wird.

2 Die Möhren schälen und auf einem Juliennehobel in streichholzfeine Streifen hobeln. Die Möhrenstreifen unter den gekneteten Kohl mischen und alles erneut durchkneten.

3 Kokosmilch und Tom-Kha-Paste glatt verrühren und unter den Salat mischen. Den Salat ca. 30 Min. im Kühlschrank durchziehen lassen, dabei öfter wenden (z. B. in eine Clipsbox geben und diese einfach gelegentlich schütteln und wenden). Dann den Spitzkohl-Möhren-Slaw nochmals abschmecken und bei Bedarf etwas nachsalzen.

4 Das Koriandergrün abbrausen, trocken tupfen und grob hacken. Koriandergrün kurz vor dem Servieren unter den Salat mischen. Den Salat mit Kokoschips bestreuen.

SCHNELLE VARIANTE

Für Blumenkohl-Rohkost mit Tom-Kha-Dressing ca. 500 g Blumenkohl grob zerstückeln und im Blitzhacker in ca. 3 mm-kleine Stückchen hacken. 150 g Kokosmilch (aus der Dose) mit 15 g Tom-Kha-Paste verrühren und alles mischen. 5 g Koriander- oder Minzeblätter hacken und untermischen. Die Rohkost mit Salz abschmecken.



PALAK PANEER MIT FRISCHEM BOCKSHORNKLEE

Palak Paneer ist eine Köstlichkeit und auf jeder Speisekarte in indischen Restaurants vertreten. Dieser bekommt durch würzige Bockshornkleeblätter eine besondere geschmackliche Tiefe.

600 g gehackter TK-Blattspinat
(ungewürzt)

250 g rote Zwiebeln

50 g Ingwer

1 großes Bund frisches

Bockshornklee Kraut (Methi;
ersatzweise glatte Petersi-
lie und 2–3 EL getrocknete
Bockshornkleeblätter)

300 g Tomaten

Salz

schwarzer Pfeffer aus der Mühle

4 EL Senföl (ersatzweise Rapsöl)

ca. 200 ml Gemüsebrühe

2–3 TL Garam Masala (Fertig-
produkt oder s. S. 22)

400 g Paneer (Weichkäse;

Fertigprodukt oder s. S. 52)

Chiliflocken

Für 4 Personen

30 Min. Zubereitung

1 Std. Antauen

Pro Portion ca. 465 kcal,

41 g F, 27 g EW, 10 g KH

1 Den gefrorenen Blattspinat aus dem Tiefkühler nehmen und mindestens 1 Std. antauen lassen.

2 Die Zwiebeln schälen und hacken, den Ingwer schälen und sehr fein hacken. Das Bockshornklee Kraut abrausen und trocken tupfen. Stängel und Blätter separat hacken: die Stängel etwas feiner, die Blätter gröber. Die Tomaten waschen, trocken tupfen und halbieren. Die Kerne entfernen, das Fruchtfleisch würfeln, salzen und pfeffern.

3 Das Senföl in einem Wok oder einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebeln dazugeben und glasig andünsten. Dann Bockshornkleestängel und Ingwer dazugeben und 1–2 Min. mitbraten. Den Spinat dazugeben und unter häufigem Rühren vollständig auftauen lassen. Etwas Brühe dazugießen und alles ca. 5 Min. köcheln lassen. Die Spinatmischung mit Salz, Pfeffer und 2 TL Garam Masala würzen.

4 Paneer ca. 1,5 cm groß würfeln und mit den Tomaten und den Bockshornkleeblättern unterrühren. Das Curry weitere 3–5 Min. köcheln lassen, bis der Käse warm und etwas weicher geworden ist.

5 Das fertige Gericht mit Chiliflocken und etwas Garam Masala bestreuen. Dazu passen Naan oder Basmatireis.



LAUCH-BOHNEN-CURRY MIT TOMATEN UND KOKOSMILCH

Zwiebelscharfer Lauch, fruchtige Tomaten und kernige schwarze Bohnen sind ein herzhaft-deftiges Trio, das mit Currypaste, Kokosmilch und Koriandergrün einen exotischen Twist bekommt.

*1 dicke Stange Lauch
(geputzt ca. 300 g)
2 Knoblauchzehen
2 EL Kokosöl (ersatzweise Öl)
2 Dosen stückige
Tomaten (à 400 g)
2 EL Tikka-Currypaste (Fertig-
produkt; ersatzweise andere
indische Currypaste)
2 EL Tomatenmark
2 Dosen schwarze Bohnen
(à 240 g Abtropfgewicht)
200 g Kokosmilch (aus der Dose)
Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle
4 Stängel Koriandergrün*

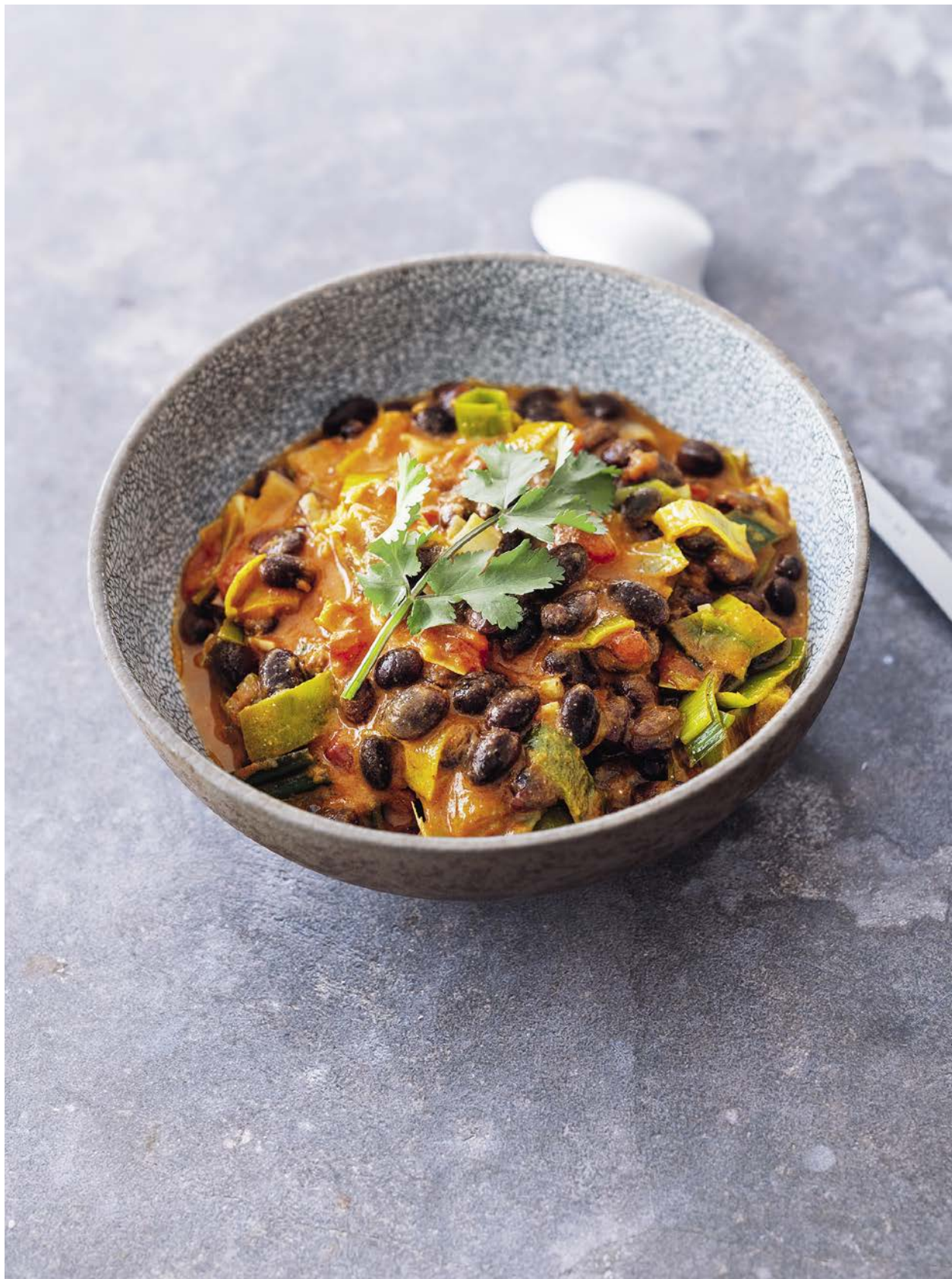
*Für 4 Personen
25 Min. Zubereitung
Pro Portion ca. 370 kcal,
20 g F, 17 g EW, 25 g KH*

1 Die Lauchstange putzen, längs halbieren und gründlich waschen. Die Hälften abtrocknen und quer in ½ cm dicke Streifen schneiden. Den Knoblauch schälen und hacken.

2 Das Öl in einem Wok oder einer Pfanne erhitzen, die Lauchstreifen darin ca. 7 Min. bei mittlerer Hitze andünsten, dabei öfter umrühren und nach ca. 5 Min. den Knoblauch dazugeben und kurz mitdünsten.

3 Dann die stückigen Tomaten dazugeben und alles zum Kochen bringen. Die Currypaste und das Tomatenmark einrühren und alles 3–5 Min. köcheln lassen, dabei öfter umrühren.

4 Die Bohnen in ein Sieb abgießen, abbrausen und abtropfen lassen, dann untermischen und erhitzen, das Gericht aber nicht mehr kochen lassen. Die Kokosmilch untermischen und behutsam erwärmen. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Koriandergrün abbrausen und trocken tupfen, das Curry damit garnieren.



EDELFISCHCURRY MIT GARNELEN UND GRÜNEM KOKOS-REIS

Dieses Gericht ist ein wenig aufwendig, aber gleichzeitig absolut gästetauglich. Wenn Sie die Kräuter und Würzzutaten vorbereiten und als »Mise en Place« griffbereit haben, ist der Rest kein Problem mehr.

FÜR DEN GRÜNEN KOKOS-REIS

1 Bund Koriandergrün
1 Frühlingszwiebel
20 g Ingwer (nach Belieben mehr)
2 grüne Chilischoten
1 Bio-Limette
20 g Kokosraspel | Salz
200 g Basmatireis
100 g Kokosmilch (aus der Dose)

FÜR DAS FISCHCURRY

2 Bio-Limetten
2 EL Erdnussöl
3 TL Currypulver (nach Wahl; z. B. Mango-Saffran-Currypulver, s. S. 20)
600 g gemischtes Fischfilet (z. B. je 200 g Rotbarsch-, Lachs- und Seeteufelfilet)
2 Bund schmale Frühlingszwiebeln
2 Knoblauchzehen
30 g Ingwer
1 grüne Chilischote
200 g rohe Garnelen (küchenfertig)
200 ml Fischfond
300 g Kokosmilch (aus der Dose)
Salz

Für 4 Personen
55 Min. Zubereitung
Pro Portion ca. 995 kcal,
51 g F, 46 g EW, 92 g KH

1 Für den grünen Kokos-Reis das Koriandergrün abrausen, trocken tupfen und mit den zarten Stängeln grob hacken. Die Frühlingszwiebel putzen, waschen und hacken. Den Ingwer schälen und grob hacken. Die Chilischoten putzen, waschen und längs halbieren. Die Chilihälften entkernen und würfeln. Die Limette heiß waschen und trocken reiben, die Schale abreiben und den Saft auspressen.

2 Koriandergrün, Frühlingszwiebel, Ingwer und Chili im Blitzhacker zerkleinern. Kokosraspel, Limettensaft und Limettenschale dazugeben, nochmals alles gründlich zerkleinern und anschließend mit Salz abschmecken. Die Kräuter-Gewürze-Mischung beiseitestellen.

3 Für das Curry die Limetten heiß waschen und trocken reiben. Jeweils aus der Mitte jeder Limette zwei Scheiben ausschneiden und beiseitelegen. Aus den Limetten 2 EL Saft auspressen.

4 Den Limettensaft mit 1 EL Öl und 2 TL Currypulver zu einer Marinade mischen. Die Fischfilets kalt abrausen, trocken tupfen und in ca. 4 cm große Würfel schneiden. Würfel gut unter die Marinade mischen und zugedeckt im Kühlschrank bis zur Verwendung marinieren.

5 Inzwischen die Frühlingszwiebeln putzen und waschen, weiße Teile schräg in 2–3 cm lange Stücke schneiden, grüne Teile in feine Ringe. Knoblauch und Ingwer schälen und klein würfeln. Die Chilischote putzen, waschen und längs halbieren. Chilihälften entkernen und fein würfeln. Die Garnelen kalt abrausen und trocken tupfen.

6 Für den Kokos-Reis den Basmatireis gründlich waschen und abtropfen lassen. Kokosmilch und zunächst 200 ml Wasser mit 1 guten Prise Salz aufkochen. Den Reis einstreuen und alles erneut aufkochen. Dann den Reis unter häufigem Rühren bei mittlerer Hitze offen garen, dabei, falls nötig, löffelweise Wasser ergänzen. Nach ca. 10 Min. die Herdplatte ausstellen und den Reis zugedeckt ausquellen lassen.



7 Gleichzeitig in einem Wok oder einer Pfanne das restliche Öl (1 EL) für das Fischcurry erhitzen, die weißen Zwiebelstücke und den Ingwer darin ca. 2 Min. unter Rühren andünsten, den Knoblauch dazugeben und ca. ½ Min. mitdünsten. Alles mit dem Fischfond ablöschen. Die Kokosmilch angießen. Aufkochen und ca. 5 Min. köcheln lassen.

8 Dann Fischstücke und Garnelen einlegen und bei mittlerer Hitze in 5–6 Min. gar ziehen lassen. Das Edelfischcurry mit Salz und restlichem Currypulver (1 TL) abschmecken. Mit grünen Zwiebelringen und Chiliwürfeln bestreuen und mit den Limettenscheiben garnieren.

9 Parallel dazu die Kräutermischung kurz vor dem Servieren unter den fertigen Reis mischen. Den Reis mit dem Edelfischcurry anrichten.

LAMMCURRY

»ROGAN JOSH«

Die Aromen mancher Gewürze entwickeln sich unter Hitze langsam, andere sind schnell flüchtig. Geben Sie hier einen Teil der Gewürze zu Beginn dazu, einen Teil beim Abschmecken. So zeigen sie ihr ganzes Aroma.

1 kg Lammfleisch (aus
Schulter oder Keule)
75 g ungeröstete Cashewkerne
2 TL Delikatess-Paprikapulver
1 EL Garam Masala (Fertig-
produkt oder s. S. 22)
2 TL Kashmiri-Chilipulver
(ersatzweise Cayennepfeffer)
1 TL gemahlener Kardamom
1 TL gemahlener Kreuzkümmel
3 EL Ghee
Salz
1 Dose stückige Tomaten (400 g)
300 g Joghurt (3,5 % Fett)
1 Bund Koriandergrün
1 rote Chilischote

Für 4 Personen
50 Min. Zubereitung
2 Std. Schmoren
Pro Portion ca. 760 kcal,
59 g F, 45 g EW, 12 g KH

1 Das Lammfleisch von sichtbaren Sehnen und Fett befreien, sodass ca. 800 g Fleisch übrig bleiben. Das Fleisch in 3–4 cm große Würfel schneiden. Die Cashewkerne im Blitzhacker fein mahlen. Paprika, Garam Masala, Chili, Kardamom und Kreuzkümmel mischen. Die gemahlenen Cashewkerne mit einem Drittel der Gewürzmischung und 2 EL Wasser zu einer Paste verarbeiten.

2 Das Ghee in einem großen schweren Topf erhitzen, die Würzpaste darin unter Rühren 2–3 Min. anbraten. Das Fleisch dazugeben und unter Rühren in ca. 10 Min. rundum braun anbraten. Anschließend das Fleisch mit einem weiteren Drittel der Gewürze und 1 TL Salz bestreuen und 1–2 Min. weiterbraten, dann die Tomaten dazugeben.

3 Den Joghurt mit 300 ml Wasser mischen und dazugießen. Alles kurz aufkochen, anschließend die Hitze reduzieren und das Fleisch zugedeckt 1 ½–2 Std. simmern lassen, bis es zart ist. Es darf ruhig schon zerfallen. Zum Schluss das Lammfleisch noch ca. 15 Min. offen köcheln und die Sauce eindicken lassen. Das Lammcurry mit Salz und der restlichen Gewürzmischung abschmecken.

4 Vorm Servieren das Koriandergrün abrausen, trocken tupfen und hacken. Die Chilischote putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden, die Kerne dabei entfernen. Das fertige Lammcurry mit dem Koriandergrün und den Chiliringen bestreuen und mit Naan servieren.



MIX & MATCH

In einem indischen Restaurant fällt es oft schwer, sich für ein Gericht zu entscheiden. Die Lösung heißt dann Tali: So bekommen Sie viele kleine Portionen von Dal und Curry serviert, dazu Reis, Brot, Papadam, Chutney und/oder Raïta.

Mit Tali (oder Thali geschrieben) ist eine Platte aus Blech oder Edelstahl gemeint, auf der sich verschiedene kleine Schalen befinden; manchmal sind auch mehrere Vertiefungen direkt in die Platte eingeformt. Tali wird aber auch ein Gericht genannt, das aus unterschiedlichen Komponenten besteht. In jedem Fall ist es eine großartige Erfindung, denn man hat Kaltes und Heißes, Rohes und Gekartes, Scharfes und Mildes in einer Mahlzeit.

Mit unseren Rezepten können Sie Ihr eigenes Tali kombinieren. Ein paar Beispiele:



Vegetarisch

Curry-Popcorn (s. S. 82), Chaat mit gepickelten roten Zwiebeln (s. Tipp S. 42), Mango-Lassi (s. S. 55), Kokos-Limetten-Reis mit Thai-Basilikum (s. S. 70), gebratene Auberginen mit Brinjal Pickle (s. S. 76), Paneer in Curry-Tomaten-Sauce (s. S. 114)



Mit Lammfleisch

Mozzarellascheiben mit Ananas-Rosinen-Chutney (s. S. 46), Granatapfel-Räita (s. S. 59), Spitzkohl-Möhren-Slaw mit Tom-Kha-Dressing und Kokoschips (s. S. 98), Jeera-Reis mit frischen Curryblättern (s. S. 72), Kürbis-Linsen-Curry mit Chili und Frühlingszwiebeln (s. S. 120), Lammcurry »Rogan Josh« (s. S. 170)



Mit Fisch

Aprikosen mit Senföl (s. S. 91), Gurkenwürfel mit Kokos-Kräuter-Chutney (s. S. 51), Avocado-Lassi (s. S. 55), Süßkartoffeln mit Limette (s. S. 62), Korma-Curry mit weißen Bohnen und Kartoffeln (s. S. 116), Tomaten-Fisch-Curry mit Schalotten und Kokosmilch (s. S. 144)



Und dazu gibt es:

Naan (s. S. 66), Basmatireis, Papadams und ein Chutney-Trio:
Mango-Chutney (s. S. 48), Minz-Chili-Chutney (s. S. 49) und Tamarinden-Dattel-Chutney (s. S. 50)



ENTDECKEN, KOMBINIEREN, GENIESSEN!

Hier wird gemischt, geröstet, probiert – und experimentiert!
Dieses Buch ist Ihre persönliche Einladung zu einem Geschmacks-
erlebnis der besonderen Art.

Entdecken Sie typische Gewürze und Zutaten, lernen Sie Schritt für
Schritt verschiedene Currymischungen und Zubereitungsarten kennen
und entwickeln Sie daraus Ihren ganz eigenen Stil.

Ob traditionell oder neu gedacht, Beilagen oder außergewöhnliche
Gerichte für besondere Anlässe: Dieses Buch bietet eine Fülle
an Ideen, Rezepten und Inspirationen.

Lassen Sie sich überraschen!



www.gu.de

€ 32,00 [D]

ISBN 978-3-8338-9704-7

