



„Blauer Salon“ Bürgerhaus Vorwerk-Falkenfeld /Elmar-Limberg-Platz 4/1.OG/23554 Lübeck

kochbuchbibliothek-sh@gmx.de * www.gemeinsamtafeln.com * 0171-9073606 * 

Festes Treffen: Dienstag ab 10.00 Uhr und nach Absprache/Veranstaltung

Kartoffeln ... regional, saisonal, fast immer günstig und gut verträglich

Kartoffel Curry

Zutaten für 4 Personen

750 g Kartoffeln, 100 Gramm Vollkornmehl, 2 Eier, Salz, Pfeffer aus der Mühle, 75 Gramm Mehl, 2 Eier, 50 Gramm Kokosflocken, 100 Gramm feine Reismudeln, Fett zum Ausbacken
FÜR DAS CURRY : 3 Esslöffel Sesamöl, 1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 1 Chilischote, 500 Gramm Ananas, 100 Milliliter Weißwein, 50 Milliliter Sojasauce, 2 Esslöffel Curry, 200 Milliliter Gemüsebrühe, nach Geschmack TK Erbsen

Zubereitung

- Die Kartoffeln unter fließendem Wasser waschen, gut abbürsten und im Salzwasser in etwa 20 Minuten garen
- Kartoffeln abgießen, leicht erkalten lassen, pellen und durch die Kartoffelpresse drücken
- Das Kartoffelpüree mit dem Mehl und den 2 Eiern zu einem glatten Teig verarbeiten, mit Salz und Pfeffer würzen
- Die Masse erkalten lassen und zu Bällchen abdrehen
- Nun Kartoffelbällchen in Mehl wenden und durch die anderen verschlagenen Eier ziehen
- Die Kokosflocken mit den gehackten Reismudeln vermischen und die Kartoffelbällchen darin panieren
- Fett in einem Topf erhitzen und die Kartoffelbällchen im Fett goldgelb ausbacken
- Herausnehmen und gut auf Küchenpapier abtropfen lassen – warm stellen
- Nun für das Curry das Sesamöl in einem Topf erhitzen
- Zwiebel und die Knoblauchzehen schälen, fein hacken und glasig im Fett anschwitzen
- Chilischote halbieren, entkernen und in ganz feine Würfel schneiden
- Ananasfleisch in dünne Scheiben schneiden und das Fruchtfleisch dann würfeln
- Mit der Chili zu den Knoblauchzwiebeln geben und kurz mitschwitzen
- Mit dem Weißwein ablöschen, die Sojasauce, das Currypulver und die Gemüsebrühe unterrühren und einmal aufkochen lassen
- Abschmecken und mit Salz und Pfeffer würzen
- Curry auf heißen Tellern dekorativ anrichten und die Kartoffelbällchen darauf verteilen
- Beim anbraten können noch TK-Erbsen dazugegeben werden