

Zweierlei Kartoffel Vindaloo

**Das Original aus Goa mit einer für die Gegend typischen
Gewürzkombination**

Zutaten für 4 Portionen

8 Kardamom-Kapseln, aufgestoßen

1 TL Kreuzkümmelsamen, 1 TL Koriandersamen

5 Nelken, ½ TL Gelbwurz, 1 TL Zimt, 1 TL süßer Paprika

5 EL Sesamöl oder Ghee

4 große Zwiebeln

1 TL ganze Senfkörner

½ TL Bockshornkleesamen

20 Curryblätter

1 EL gehackter, frischer Ingwer

1 frische Chilischote fein gehackt

3 reife Tomaten geschält und gehackt

1 EL Tamarindenmus

400 ml Wasser

400 g vorwiegend festkochende Kartoffeln geschält und in Würfel geschnitten

3 kleine rote Paprika in feine Streifen geschnitten

400 g Süßkartoffeln geschält und in größere Würfel geschnitten

Salz

Minze oder Koriandergrün zum Servieren

Zubereitung

Beginnen Sie indem Sie eine Gewürzmischung machen. Dazu werden die leicht aufgestoßenen Kardamom-Kapseln, der Kreuzkümmel und die Koriandersamen trocken in einer kleinen Pfanne geröstet bis sie angenehm duften. Wenn sie abgekühlt sind, werden die Kardamomsamen aus den Kapseln ausgelöst und die Mischung zusammen mit den Nelken fein gemörsert. Fügen Sie Gelbwurz, Paprika und Zimt hinzu und stellen Sie die Mischung zur Seite.

Erhitzen Sie das Öl in einem großen schweren Topf und fügen Sie zuerst die Senfsamen und die Bockshornkleesamen hinzu. Anschließend werden die Zwiebeln glasig gedünstet und leicht angeröstet. Nun die Gewürzmischung, die Curryblätter, den Ingwer und die Chilischothe hinzufügen und für weitere 3 Min. rösten. Als nächstes die Tomaten, das Wasser und das Tamarindenmus sowie etwas Salz zugeben und zusammen 10 Min. mit Deckel köcheln lassen.

Dann fügen Sie die Kartoffeln und die Paprika hinzu und kochen alles wiederum ca. 15 Min. Im letzten Abschnitt werden die Süßkartoffeln hinzugefügt. Sorgen Sie dafür, dass alle Zutaten mit Flüssigkeit bedeckt sind sonst fügen Sie noch etwas Wasser hinzu und kochen das Ganze für weitere ca. 15 Min. bis alles gar ist.

Um eine sämige Soße zu erhalten, sollte am Schluss die meiste Flüssigkeit eingekocht sein. Wenn nötig ein paar Minuten ohne Deckel köcheln lassen.

Zum Garnieren Minze oder Koriandergrün fein hacken.

Ich habe meinem Gericht etwas Kokosmilch hinzugefügt;))

Tip: Dazu passt Spinat-Raita und ein Basmatireis.

Gutes Gelingen!

Über Eure Rückmeldungen und Fotos dazu freue ich mich sehr;))