▪ Die Küchenschlacht – Menü am 31. Januar 2024 ▪
Vegetarische Küche mit Mario Kotaska

Rick Brockmeyer

Thai-Curry mit selbstgemachter Currypaste, Seitan und Naan

Zutaten für zwei Personen

Für das Thai-Curry:
2 Paprikaschoten
4 Kaiserschoten
1 Möhre
10 Babymaiskolben
2 Frühlingszwiebeln
400 ml Kokosmilch
Sesamöl, zum Braten

Die Paprikaschoten halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und klein würfeln. Frühlingszwiebeln putzen und in Ringe schneiden. Möhre schälen und würfeln. Kaiserschoten klein schneiden. Mais in Stücke schneiden. Alles in einer Pfanne mit Sesamöl anbraten. Kokosmilch angießen und aufkochen lassen.

Mit selbstgemachter Currypaste (s.u.) würzen.

Für die Currypaste:
10 g Guajillo Chilis
2 Schalotten
3 Knoblauchzehen
2 Korianderwurzeln
1 Makrut-Limette, davo Fruchtfleisch
15 g Galgantwurzel
1 Stange Zitronengras
1 EL Misopaste
1 TL weißer Pfeffer
1 TL Salz

Chilis schälen, entkernen und mit kochendem Wasser überschütten. Einweichen lassen während die anderen Zutaten vorbereitet werden. Schalotten und Knoblauch abziehen und fein hacken. Makrut Limette schälen. Galgant- und Korianderwurzeln schälen und würfeln. Unteren Teil vom Zitronengras in Scheiben schneiden. Eingeweichte Chili, Schalotte, Knoblauch, Wurzeln, Misopaste, Zitronengras und Limettenfleisch in einen Standmixer geben und pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Seitan:
200 g Seitan, natur
200 g glutenfreies Mehl
3 EL Kichererbsenmehl
3 EL Hefeflocken
1 EL Salz
1 TL Zwiebelpulver
1 TL weißer Pfeffer
3 EL Tafelessig
Neutrales Pflanzenöl, zum Braten

Mehlsorten mit Salz, Pfeffer, Zwiebelpulver und Hefeflocken vermischen. Tafelessig dazugeben und gut verkneten. Seitan in der Masse wenden und 10 Minuten darin abgedeckt ruhen lassen. In mundgerechte Stücke schneiden und dann in einer Pfanne mit Öl kurz und scharf anbraten.

Für das Naan:
1 EL Butter
1 kleines Ei
50 g Naturjoghurt
1½ TL Schwarzkümmelsamen
½ TL Kreuzkümmelsamen
200 g Mehl, Type 550
1 TL Baking Soda
1 TL Zucker
2 Zweige Koriander
Olivenöl, zum Braten

Naturjoghurt mit Mehl, Ei, Baking Soda und Zucker zu einem Teig kneten. Schwarz- und Kreuzkümmel mörsern und unter den Teig heben. Warm ruhen lassen. Fladen formen und in einer Pfanne mit wenig Öl ausbacken. Butter schmelzen lassen und auf die fertigen Fladen streichen. Koriander grob hacken und darüber streuen.

Für die Garnitur:
Essbare Blüten

Gericht mit Blüten servieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.