

Rezept des Monats Juli 2023

Poulet-Curry



(<https://www.thaikitchen.ch/de-ch/rezepte/gelbes-curry-mit-poulet>)

Wenn wir festen, hat es immer zu viel. Zu viel von allem. Vor allem vom Essen. Letztens feierten wir Geburtstag. Damit auch unsere Schweinkram-resistenten Verwandten bedient sind, gibt es neben Schweinereien auch Poulet. Dieses Mal Poulet Unterschenkel, die man prima in die Hand nehmen und essen kann.

Da wir nie genau wissen, wer alles kommt und wie hungrig sie sind, wird das Backblech gefüllt. Einige der lieben Grosskinder schaffen mitunter bis zu fünf Hühnerbeinchen. Also die Keulen mit Pfeffer und Salz würzen und nach Belieben edelsüßes Paprikapulver überstreuen. Auf's Backblech, eng aneinander, ohne Fett. Das Hühnerfett läuft beim Backen sowieso aus, und man braucht kein zusätzliches. Nach einer halben Stunde umdrehen und weitere 30 Minuten backen – fertig.

Der Clou war jetzt aber, dass die kleinen Damen und Herren wenig Hunger mitgebracht hatten und wir auf den Pouletschenkeln sitzen geblieben sind. Also die übrig gebliebenen Hühnerteile beiseitegestellt. Mal sehen, was wir damit machen.

Riesling & Co Deutsche Weine

Gregor Schönau – Weinhandel und Direktimport – Hauptstrasse 24e – CH-4944 Auswil/BE

Der nächste Tag brachte die Erleuchtung: Poulet-Curry. Flott gegoogelt und bei [Thaikit-chen](#) ein einfaches, aber interessantes Curry gefunden, und natürlich abgewandelt.

Pouletfleisch

1 Zucchini

3 Frühlingszwiebeln

Knoblauch

2 rote Spitzpeperoni

3 El rote Currypaste (das Rezept verlangte grüne, hatte ich aber nicht)

Sake oder Reiswein

½ Liter Kokosmilch

Spritzer Fischsauce

Spritzer Reissig

Sojasauce

El geröstetes Sesamöl

Basmatireis

Aber zuerst die Keulchen entbeinen und das Fleisch vom Knochen schneiden. Das Fleisch könnte man jetzt würfeln, hab ich aber auch nicht gemacht, weil ich gerne unterschiedliche Bissserlebnisse habe.

In einer Pfanne die Zwiebeln mit dem Knoblauch anschwitzen. Die in Scheiben geschnittene Zucchetti und die in Streifen geschnittenen Peperoni dazu geben und bei starker Hitze rösten. In die Mitte der Gemüse eine Stelle frei machen und darin die Currypaste anrösten. Mit Sake ablöschen und einkochen.

Jetzt die Kokosmilch zugeben, mit Fischsauce, Reissig, Sesamöl und Sojasauce würzen. Einmal aufkochen und dann leise vor sich hin köcheln lassen. Probieren, ob scharf genug und eventuell mit [Sambal Olek](#) nachschärfen.

In der Zwischenzeit den Reis aufsetzen: Basmatireis in einem Sieb spülen, bis das Wasser klar ist. Die doppelte Menge Wasser (des Reises) mit Salz aufkochen und den Reis einrieseln. Erneut aufkochen und umrühren, damit die Reiskörner nicht am Boden kleben. Deckel aufsetzen, Hitze auf ganz klein reduzieren und den Wecker auf 10 Minuten einstellen.

Wenn's klingelt, nachschauen, ob der Reis schon körnig oder noch klebrig ist. Wenn klebt, noch ein wenig hitzen lassen, bis das Wasser aufgesogen ist. Wenn körnig, Reis mit der Gabel lockern.

Jetzt ist der Reis servierfertig und kann angerichtet werden. Auf das Reisberglein auf dem Teller das Curry platzieren und servieren.

Sieht lecker aus, schmeckt auch lecker. Wenn hardcore-mässig drauf, Korianderblätter dazu, wenn nicht, tut's auch gehackte Petersilie.

Dazu passt ein feinherber Riesling, wie der [Porphy](#) von Crusius.

Riesling & Co Deutsche Weine

Gregor Schönau – Weinhandel und Direktimport – Hauptstrasse 24e – CH-4944 Auswil/BE

der Hand

Wenn wir letzten Monat schon so erfolgreich mit [Verena Lugert](#) unterwegs waren, präsentiere ich heute ein neues Rezept von verblüffender Einfachheit. Dieses Mal mit grünem Spargel; geht auch mit Weissem.

Lugert hat es selbst abgekupfert. Von Martha Stewart, einer Doyenne der Amerikanischen Küche. Ja, da staunt man! Die soll es geben (die Amerikanische Küche), auch abseits von fettig frittiertem. Ich war leider noch nie dort, aber mein Freund Gregor erzählt mir manchmal, dass es auch eine ausgefeilte Amerikanische Esskultur gäbe. Müsste ich mal ausprobieren – am besten noch vor möglichem Donald II:

Das geliehene Gericht heisst: Ofenspargel mit Parmesan.

Dazu brauchen wir:

1 kg Spargel (das ist eindeutig zu wenig, wenn es nur Spargel gibt; wir essen schon mal locker zu zweit je ein Pfund, wenn nicht mehr...) Jetzt egal, ob grün oder weiss
Olivenöl und Meersalzflöckchen, z.B. Maldon's Sea Salt Flakes
Parmesan und frisch gemahlener Schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

Ofen auf 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen, beim Spargel die holzigen Enden abschneiden.

Ein Backblech mit Backpapier auslegen und den Spargel darauf verteilen. Mit dem Olivenöl beträufeln. Mit Salz würzen, dann den Parmesan gleichmäßig auf dem Spargel verteilen, pfeffern.

Um die 10 Minuten rösten, bis der Spargel gar ist (Messerprobe). Dazu passen kleine Kartoffeln und grüner Salat.

Einfach, oder? Lassen Sie es sich schmecken!

So sehr ich [Christian Seiler](#) als Kolumnist im Tagi-Magi schätze, so nervt er ab und zu, weil kochen dann doch nicht immer so einfach ist, wie er oft schreibt. Wenn man natürlich nichts anderes macht als kochen und drüber schreiben, kann man schon mal auf den Gedanken kommen, dass das allgemein gilt, wenn man nur schon einen Kochlöffel halten kann.

So präsentiert er am letzten Wochenende im Magazin eine einfache Hollandaise. Klar, ist eine selbst gemachte derjenigen aus dem Tetra-Pack überlegen – sonnenklar! Aber mit

Wasserbad hantieren macht nicht immer Spass, und Butterschaum abschöpfen ist auch nicht nichts.

Ich habe jetzt eine Hollandaise gefunden, die so einfach zuzubereiten ist wie Mayonnaise. Hier ist das Rezept, abgeschrieben aus dem Magazin der [Süddeutschen Zeitung](#):

Sie brauchen:

3 frische Eier

1 Prise Salz

Saft einer Zitrone oder einen Esslöffel Zitronensaft von Alnatura, gibt's in der Migros

2 Spritzer Tabasco oder einige Flocken getrockneter Peperoncini; Tabasco hat einen gewöhnungsbedürftigen Beigeschmack durch die verwendeten geräucherten Pfefferschoten. Getrocknete Chili sind klarer im Geschmack und brennen sauberer am Gaumen 😊

1 hart gekochtes Ei

250 g Butter

Und so wird's gemacht:

Die Eigelbe mit Salz, Zitronensaft, Tabasco und dem harten Ei in ein hohes, nicht zu breites Gefäß geben. Die Butter in einem Töpfchen zum Schmelzen bringen (sie darf schön warm werden, so sorgt sie für die Bindung der Sauce).

Obige Zutaten mit dem Zauberstab zu einer sehr glatten Masse mixen, dann nach und nach die warme Butter einlaufen lassen. So entsteht langsam eine cremige Sauce Hollandaise.

Diese Variante passt – wie die klassische Hollandaise – zu aller Art Spargel. Wenn man diese Sauce aromatisiert, mit Estragon, Senf oder gehacktem Rucola, werden die jeweiligen Gewürze nur kurz unter die fertige Sauce gerührt. Wer es deftig mag, nimmt einfach mehr von allem.

Frischen Spargel gibt es noch bis Johanni, am 24. Juni!