

Veganes Tomatencurry



Zubereitung

Für dieses Rezept brauchen Sie 2 grosse Pfannen.

Gewürze rösten: Eine beschichtete Pfanne erhitzen, die Gewürze darin 1–2 Minuten toasten. Die Pfanne alle paar Sekunden bewegen damit nichts anbrennt. Sind die Koriandersamen goldbraun, alle Gewürze aus der Pfanne in einen Mörser geben, etwas abkühlen lassen und mittelfein zerstoßen.

Currymischung zubereiten: In der gleichen Pfanne 4 EL Öl erhitzen, die Gewürze zusammen mit den Zwiebeln, Curryblättern und dem Salz etwa 10–12 Minuten solange dünsten bis die Zwiebeln eine goldene Farbe bekommen. Chili und Knoblauch in die Pfanne geben, 2 Minuten mitdünsten, Tamarinde und Kokosmilch dazugeben, alles umrühren. Beiseite stellen.

Zutaten für 4 Personen

- Je 1 TL Fenchelsamen, schwarze Senfkörner, Kreuzkümmel, Koriandersamen, alle ganz
- 5 EL Raps- oder Olivenöl
- 2 Zwiebeln, halbiert und gescheibelt
- 1 TL Salz
- 8 Curryblätter
- 1,2 Kilo sonnenwarme, reife Tomaten (oder 1 Kilo aromatische Strauchtomaten + 200 g gelbe Cherrytomaten)
- 1 grüner Thai-Chili, fein gehackt
- 4 Knoblauchzehen, geschält und zerquetscht
- 2 TL Tamarindenpaste
- 400 ml Kokosmilch

Tomaten Curry kochen: Strauchtomaten achteln und Cherrytomaten vierteln. Die Tomatenschnitze mischen und für zwei Pfannen in zwei Hälften teilen. Die Tomaten in den beiden Pfannen verteilen, so dass sie den Boden mit einer einzigen Schicht bedecken. Je die Hälfte der Curry-Kokos-Mischung dazugeben und alles auf mittlerer Hitze ohne umzurühren 20–25 Minuten garen bis das Wasser aus der Kokosmilch verdampft. Die Tomaten dürfen dabei nicht zerfallen. Wenn am Rand der Pfannen, das Öl aus der Kokosmilch sichtbar wird, ist es fertig. Den Inhalt der zweiten Pfanne vorsichtig in die erste geben und 10 Minuten ruhen lassen. Auch wenn es zunächst danach aussieht, das Curry wird auf keinen Fall zu trocken. Die Tomaten enthalten viel Flüssigkeit und diese tritt während der anschließenden Ruhephase aus. Nach Bedarf zusätzliche Curryblätter in etwas heissem Öl knusprig braten und in die Tomaten einrühren. Alles abschmecken.

Servieren: Chapatis, Naan oder Basmati Reis dazu reichen und nach Belieben Kokos-Joghurt dazugeben.