

Traudl's Rezept für KW 15/2015

Indische Curryspätzle

Zutaten für 4 Personen

1 Grundrezept Wasserspätzle (s.u.)
1 TL Curry
1 TL Kurkuma
4 Hähnchenbrustfilet á 120 g
1 TL gemahlener Ingwer
1 TL gemahlenes Zitronengras
1 TL Stärke

2 EL Sojasauce
1 Bund Frühlingszwiebeln
200 g frische Ananas
2 rote Paprika
1 kl. frische rote Chilischote
2 TL Instant-Brühe (Pulver)
160 ml. Kokosmilch

Zubereitung

Spätzleteig mit Curry und Kurkuma nach Grundrezept zubereiten und kochen. Hähnchenbrust in feine Streifen schneiden. Zusammen mit den Gewürzen, der Stärke und der Sojasauce in eine große Rührschüssel geben und mischen.

Frühlingszwiebeln putzen und in Ringe schneiden. Ananas in Stücke schneiden. Paprika putzen und in Streifen schneiden. Chilischote waschen, entkernen und in feine Streifen schneiden.

Hähnchenbrust mit den Gewürzen anbraten. Gemüse und Ananas nacheinander mit anbraten. Brühe und Kokosmilch mischen und dazugeben. Falls die Sauce zu dickflüssig ist, eventuell Ingwer und Zitronengras abschmecken.

Grundrezept Wasserspätzle:

500 g Weizenmehl (Griesler Dunst), 1 TL Ursalz, max. 500 ml kaltes Wasser.

Alle Zutaten in der Rührschüssel so lange schlagen, bis Luftblasen entstehen; dann ~ 10 min. ruhen lassen. Nochmals den Teig schlagen. Der Teig sollte sich ziehen lassen, ohne zu reißen.

Teig mit einem Spatel durch Spätzlereibe in einen Topf 2,5 l kochendes Salzwasser streichen. Die Spätzle einmal aufkochen lassen, die oben schwimmenden Spätzle mit dem Schaumlöffel abgreifen und warm halten.

Vorgang wiederholen, bis der Teig verbraucht ist. Mit Butter, Salz und weißem Pfeffer abschmecken.



BIOTREFF
Vilshofen