



Lamm - Curry

Zutaten

1 Kg Lammgulasch, 2 EL Ghee oder Pflanzenöl, 2 Zwiebeln, 125 ml Joghurt, 1 TL Chilipulver, 1 EL gemahlener Koriander, 2 TL gemahlener Kreuzkümmel, 1 TL gemahlener Kardamon, ½ TL Nelkenpulver, 1 TL Kurkuma, 3 Knoblauchzehen, 1 EL frischer geriebener Ingwer, 1 TL Salz, 400g Dosen Tomaten, 3 TL Garam Masala, 3 EL geröstete Mandelstift

Lammfleisch in dünne Streifen schneiden.

Ghee oder Pflanzenöl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln zugeben und unter Rühren weich dünsten. Joghurt, Ingwer, Knoblauch und Gewürze (ohne das Garam Masala) unterrühren. Salz und Tomaten mitsamt Dosenflüssigkeit dazugeben. Ohne Deckel ca. 5 Minuten köcheln lassen. Nun das Fleisch zugeben und unterheben. Bei schwacher Hitze ca. 1 - 1 1/2 Stunden köcheln lassen (bis das Lamm weich ist). Dann ohne Deckel weiterköcheln, bis fast alle Flüssigkeit eingekocht ist. Nun Garam Masala darüber streuen und unterrühren.