



Curryragout vom Junglamm

Zutaten für 6 Personen:

800g Junglammfleisch (Schulter, Hals, Schlögel)
 350 g Zwiebel
 je ½ Paprikaschote, grün, rot und gelb
 100 g Sojasprossen
 150 g Champignons
 ½ Chilischote
 1 EL Ingwerwurzel
 2 Knoblauchzehen
 ¾ Liter klare Suppe
 1/8 Liter Weißwein
 1/8 Liter Öl
 3 TL Currypulver
 Salz, Pfeffer
 1/8 Liter Sauerrahm
 1 TL Mehl

Zubereitung:

1. Öl erhitzen und fein geschnittene Zwiebel goldgelb anrösten.
2. Fleisch in gleichmäßig große Würfel schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Zwiebel kurz anbraten.
3. Currypulver untermischen und mit Weißwein ablöschen.
4. Mit Rindsuppe aufgießen und ca. eine ½ Stunde nicht zugedeckt sanft kochen lassen.
5. In der Zwischenzeit die Paprikaschoten in Streifen schneiden.
6. Zuerst die Paprikastücke, dann die Sojasprossen ins Ragout geben.
7. Mit gehacktem Knoblauch, Chilischote und geriebener Ingwerwurzel verfeinern.
8. Die blättrig geschnittenen Champignons in einer Pfanne kurz anrösten und zum Ragout geben.
9. Abschließend mit einem Gemisch aus Sauerrahm und etwas Mehl binden.

BEILAGENEMPFEHLUNG: KARTOFFELN, NUDELN, KNÖDEL ODER REIS



Anderlbauer e.K., Hauptstr. 4, 83112 Frasdorf, www.anderlbauer.de