



CHEFKOCH.DE



Baingan Tamatar - Auberginencurry aus Pakistan

Im Öl den Knoblauch und den Ingwer anziehen lassen. Die Gewürze zugeben und sofort gut vermischen. Nun die auf dieselbe Größe wie die Auberginen geschnittenen Tomaten begeben und solange kochen lassen, bis sie fast ganz zerfallen sind. Nun die Auberginen zugeben und gut vermischen. Den Topf zudecken und durch den entstehenden Dampf wird das Gemüse gekocht. Evtl. muss man etwas (aber nur sehr wenig) Wasser zugeben. 20-30 Minuten kochen lassen. Hin und wieder die Pfanne schütteln, aber nicht öffnen.

Den gehackten frischen Koriander darüber geben und servieren.

Arbeitszeit: ca. 10 Min.
Koch-/Backzeit: ca. 30 Min.
Schwierigkeitsgrad: normal
Kalorien p. P.: keine Angabe



Zutaten für 10 Portionen:

7 ½	Aubergine(n), in Würfel geschnitten
5	Fleischtomate(n)
5 Zehe/n	Knoblauch, gehackt
2 ½ TL	Ingwer, gerieben
2 ½ TL	Korianderpulver
2 ½ TL	Kreuzkümmel, ganz
0,63 TL	Kurkuma, (Turmericpulver)
0,63 TL	Chilipulver
1 ¼ TL	Garam masala oder Chaat Masala
	Koriandergrün
	Öl, zum Kochen

Verfasser: Dialog