

Schweinefleisch Bafath

Mangalore, Indien

Zutaten für 4 Portionen:

1 kg Schweineschulter,
2 EL Öl,

Für die Marinade:

20 Chilis, rote, kleine getrocknete,
2 TL Koriandersamen,
1 TL Kreuzkümmel,
½ TL Kurkuma,
10 schwarze Pfefferkörner,
2 EL Tamarindenpüree,

Außerdem:

2 Zwiebeln,
2 cm Ingwer,
6 Chilis, grüne frische,
8 Nelken,
2 cm Zimtstange,
200 ml Wasser,
1 EL Rotweinessig,
3 Knoblauchzehen,
Salz.

Zur Garnierung:

1 frische, grüne Chilischote, entkernt und in schmale Streifen geschnitten,

Zubereitung :

Die Marinade:

Die getrockneten Chilis entstielen, längs aufschlitzen und die **Kerne** entfernen. Zusammen mit Koriandersamen, Kreuzkümmel, Pfefferkörner und Kurkuma in einer beschichteten Pfanne ohne Fett bei milder Hitze rösten bis die Gewürze duften. Dann im Mörser oder im Blitzhacker fein zerkleinern. Das Gewürzpulver mit der Tamarindenpaste zu einem Brei verarbeiten. Das Schweinefleisch in etwa 3 cm große Würfel schneiden und mit dieser Paste vermengen. Im Kühlschrank etwa zwei Stunden marinieren lassen.

Die Zwiebel schälen, vierteln und jedes Viertel in drei Teile teilen. Den Ingwer schälen und fein würfeln. Die Knoblauchzehen abziehen und auch fein würfeln. Die grünen Chilischoten längs halbieren, Stiel und Kerne entfernen. Die Chilischote für die Garnierung in schmale Streifen schneiden. Nach dieser Vorbereitung kann jetzt der Wok erhitzt werden.



Das marinierte Schweinefleisch portionsweise im heißen Öl anbraten. Durch den Zuckergehalt der Tamarindenpaste wird das Fleisch schnell dunkel! Aber keine Sorge, es schmeckt nicht verbrannt. Wenn alle Fleischwürfel angebraten sind, den Wok auswischen. Dann alle Fleischwürfel in den Wok geben und Zwiebel, Ingwer, Nelken, grüne Chilischoten und Zimt zugeben. Die Hitze reduzieren und unter Rühren braten, bis sich die Fleischsäfte mit den Gewürzen zu einer dicken Soße verbinden.

Nun 200 ml Wasser, Essig und Knoblauch zugeben, zugedeckt etwa 1 Stunde köcheln lassen bis das Fleisch sehr mürb ist. Mit Salz abschmecken und vor dem Servieren mit Chilistreifen garnieren.

© www.kochbaeren.de