

Indischer Gemüsetopf mit Lammhackbällchen

508

Typ: Fleisch

Quelle: Brigitte

Bemerkungen: Siehe auch Rezept Nr. 527

Zutaten: Zutaten für 4 Portionen

10 Schalotten (klein)
1 Bund Koriander
500 Gramm Lammhackfleisch
1 EL Semmelbrösel
1 Ei
¼ TL Chilipulver
Meersalz
35 Gramm Ingwer (frisch)
3 Knoblauchzehen
350 Gramm Süßkartoffeln
350 Gramm Aubergine
2 EL Öl
1 TL Kreuzkümmel (gemahlen)
½ TL Kurkuma (Gelbwurz)
1 TL Koriander (gemahlen)
¼ TL Cayennepfeffer
350 Milliliter Gemüsebrühe
400 Milliliter Kokosmilch (Dose)
350 Gramm gehackte Tomaten (Dose)
3 EL Limettensaft

Rezept: Schalotten abziehen und eine davon fein würfeln. 1/2 Bund Koriander abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Lammhackfleisch, Schalottenwürfel, gehackten Koriander, Semmelbrösel, Ei, Chili und Salz verkneten. Aus dem Teig mit leicht angefeuchteten Händen etwa 45 Hackbällchen formen.

Ingwer mit einem Sparschäler schälen, Knoblauch abziehen und beides fein hacken. Süßkartoffeln schälen, abspülen und in Stücke schneiden. Aubergine putzen, abspülen und in grobe Würfel schneiden.

Öl in einem Bräter erhitzen und die Hackfleischbällchen darin kurz anbraten. Herausnehmen und beiseite stellen. Ingwer, Knoblauch und die Gewürze im Bratfett andünsten.

Restliche ganze Schalotten, Süßkartoffel- und Auberginenwürfel zufügen und kurz mitbraten. Brühe, Kokosmilch und Tomaten zugeben und aufkochen. Zugedeckt bei mittlerer Hitze etwa 30 Minuten kochen lassen.

Nach 20 Minuten Hackbällchen zufügen und zu Ende kochen. Mit Salz und Limettensaft abschmecken. Restlichen Koriander abspülen, trocken schütteln und die abgezapften Blättchen über den Eintopf streuen. Dazu: indische "Naan"-Brotfladen