

Inhalt

Einleitung	6
Freitagabend-Takeaway	10
Snacks	36
Fest für zwei	62
Schnelles Glück	88
Barbecue	112
Picknick	138
Festtafel	164
Sonntagsbrunch	190
Glossar	218
Register	220
Danke	224

Register

A

Aam Panna 163
Aloo Tikki 43
Apfel
 Obst-Chaat 57
Aubergine
 Auberginen-Erdnuss-Masala 173
 Auberginen-Kokos-Reis 80

B

Biryani, Kacchi- 200
Blumenkohl
 Blumenkohl-Masala 96
 Blumenkohlsalat 69
 Gobhi 65 14
Bockshornklee
 Paneer Do Pyaza 30
 Pulao mit Erbsen 181
 Sticky Chicken mit Tomatencurry 72
Bratlinge, Gemüse- 143
Brot
 Brot-Pakora-Happen 148
 Chapati-Rollen mit Ei 150
 Club-Sandwich mit Chutney 147
 Dal Papdi Chaat 40
 Ka Meetha 34
 Käsetoast mit Spiegelei 194
 Parotta 198
 Peshawari Naan 33
 Rava Dosa 208
 Schnelles Naan 109

C

Chana-Dal-Chutney 85
Chapati-Rollen mit Ei 150
Chili
 Chili-Knoblauch-Hähnchen 174
 Chili-Pulao mit Hähnchen 154
Chutney
 Chana-Dal-Chutney 85
 Kokos-Curryblatt-Chutney 211

Koriander-Joghurt-Chutney 54
Mango-Chutney 159
Tamarinden-Jaggery-Chutney 53
Tomaten-Erdnuss-Chutney 129
Zucchini-Chutney 157
Club-Sandwich mit Chutney 147
Currys (Gericht)
 Auberginen-Erdnuss-Masala 173
 Blumenkohl-Masala 96
 Chicken Tikka Masala 20
 Garnelen-Kokos-Curry 100
 Kichererbsencurry 176
 Okra Masala 76
 Paneer Do Pyaza 30
 Sticky Chicken mit Tomatencurry 72
 Streetstyle-Eiercurry 204
 Tandoori-Paneer-Curry 169
Curryblätter
 Auberginen-Erdnuss-Masala 173
 Auberginen-Kokos-Reis 80
 Dal fry 14, 17
 Dal mit Mango 95
 Erdnuss-Zitronen-Reis mit Koriander 107
 Gobhi 65 14
 Kokos-Curryblatt-Chutney 211
 Masala Seviyan 213
 Mung-Dal-Salat 103
 Raita mit Grilltomaten 130
 Rava Dosa 208
 Würzige Grieß-Vada 207
 Würziges, süßsaures Dal 66

D

Dahi Puri 44
Dahi Vada Chaat 52
Dal 14
 Dal fry 14, 17
 Dal mit Mango 95
 Dal Papdi Chaat 40

Gesundes Vollwert-Dal 197
Würziges, süßsaures Dal 66

E

Eier
 Chapati-Rollen mit Ei 150
 Käsetoast mit Spiegelei 194
 Streetstyle-Eiercurry 204
Erbsen
 Dal fry 14, 17
 Masala Seviyan 213
 Paneer Samosas 156
 Pulao mit Erbsen 181
Erdnuss-Zitronen-Reis mit Koriander 107

F

Fisch, frittierte 79
Fritters, Zwiebel-Kartoffel- 70
Frühlingszwiebeln
 Blumenkohlsalat 69
 Käsetoast mit Spiegelei 194

G

Garnelen
 Garnelen-Kokos-Curry 100
 Garnelen-Vindalho 24
 Pikante Garnelen vom Grill 120
Gebäck: Nimki 170
Gemüse
 Gemüsebratlinge 143
 Gemüse-Jalfrezi 27
Gobhi 65 14
Granatapfel
 Dahi Vada Chaat 52
 Minz-Raita 183
 Obst-Chaat 57
 Grieß-Vada, würzige 207
Grüne Bohnen
 Gemüsebratlinge 143
 Gemüse-Jalfrezi 27
Gujiya 189

Gulab Jamun 186

Gurke

Club-Sandwich mit Chutney 147

Kichererbsensalat 144

Minz-Raita 183

Mung-Dal-Salat 103

H

Hähnchen

Chicken Tikka Masala 20

Chili-Knoblauch-Hähnchen 174

Chili-Pulao mit Hähnchen 154

Ingwer-Knoblauch-Hähnchen 92

Kacchi-Biryani 200

Masala-Grillhähnchen 119

Sticky Chicken mit Tomatencurry
72

Halwa, Mandel- 110

I

Ingwer

Ingwer-Knoblauch-Hähnchen 92

Kreuzkümmel-Ingwer-Lassi 61

J

Jaggery

Tamarinden-Jaggery-Chutney 53

Würziges, süßsaures Dal 66

Joghurt

Aloo Tikki 43

Chapati-Rollen mit Ei 150

Chicken Tikka Masala 20

Dahi Puri 44

Dahi Vada Chaat 52

Dal Papdi Chaat 40

Gulab Jamun 186

Kacchi-Biryani 200

Koriander-Joghurt-Chutney 54

Kreuzkümmel-Ingwer-Lassi 61

Mais-Raita 108

Minz-Raita 183

Naan vom Grill 128

Paneer Do Pyaza 30

Paneer in Joghurtsauce 99

Paneer-Spieße 116

Raita mit Grilltomaten 130

Raita mit Knoblauch 84

Rava Dosa 208

Schnelles Naan 109

Streetstyle-Eiercurry 204

Tandoori-Paneer-Curry 169

Würzige Grieß-Vada 207

Würzjoghurt 108

Zwiebel-Raita 210

K

Kacchi-Biryani 200

Kaffee

Pawlowa mit Kaffee und kara-
mellisierten Walnüssen 132

Schoko-Karamell-Torte mit
Kardamom 214

Walnuss-Mokka-Torte mit
Kardamom 160

Ka Meetha 34

Kardamom

Chicken Tikka Masala 20

Garnelen-Kokos-Curry 100

Garnelen-Vindalho 24

Gujiya 189

Gulab Jamun 186

Kacchi-Biryani 200

Ka Meetha 34

Kichererbsencurry 176

Mandel-Halwa 110

Paneer Do Pyaza 30

Paneer in Joghurtsauce 99

Pista Kulfi 58

Schoko-Karamell-Torte mit
Kardamom 214

Walnuss-Mokka-Torte mit
Kardamom 160

Kardamom-Milchcreme 34

Karotten

Gemüsebratlinge 143

Masala Seviyan 213

Kartoffeln

Auberginen-Kokos-Reis 80

Brot-Pakora-Happen 148

Club-Sandwich mit Chutney 147

Dahi Puri 44

Gemüsebratlinge 143

Masala Seviyan 213

Mohnkartoffeln 182

Mung-Dal-Salat 103

Saag Aloo 26

Tamaridenkartoffeln 123

Ultimates Kartoffel-Sabji 104

Zwiebel-Kartoffel-Fritters 70

Käse

Club-Sandwich mit Chutney 147

Käsetoast mit Spiegelei 194

Käsekuchen-Trifle 86

Khasta Kachori 46

Kichererbsen

Chana-Dal-Chutney 85

Dahi Vada Chaat 52

Dal fry 14, 17

Dal Papdi Chaat 40

Kichererbsencurry 176

Kichererbsensalat 144

Kokos-Curryblatt-Chutney 211

Zwiebel-Kichererbsen-Bhajis 18

Gesundes Vollwert-Dal 197

Kokos

Auberginen-Erdnuss-Masala 173

Auberginen-Kokos-Reis 80

Chana-Dal-Chutney 85

Chili-Knoblauch-Hähnchen 174

Garnelen-Kokos-Curry 100

Kokos-Curryblatt-Chutney 211

Mung-Dal-Salat 103

Peshawari Naan 33

Koriander, frisch

Dahi Vada Chaat 52

Erdnuss-Zitronen-Reis mit Koriander 107
 Gesundes Vollwert-Dal 197
 Kacchi-Biryani 200
 Käsetoast mit Spiegelei 194
 Kichererbsencurry 176
 Koriander-Joghurt-Chutney 54
 Mung-Dal-Salat 103
 Naan vom Grill 128
 Pikante Garnelen vom Grill 120
 Rava Dosa 208
 Salat aus roten Zwiebeln 124
 Tamarindenkartoffeln 123
 Ultimatives Kartoffel-Sabji 104
 Zucchini-Chutney 157
 Zwiebel-Raita 210
 Kreuzkümmel
 Kreuzkümmel-Ingwer-Lassi 61
 Kreuzkümmelreis 29
 Kulfi, Pista 58

L

Limette
 Koriander-Joghurt-Chutney 54
 Salat aus roten Zwiebeln 124
 Linsen
 Dal mit Mango 95
 Gesundes Vollwert-Dal 197
 Kokos-Curryblatt-Chutney 211
 Würziges, süßsaures Dal 66

M

Mais
 Gegrillte Maiskolben 127
 Gemüse-Jalfrezi 27
 Mais-Raita 108
 Mandeln
 Gujiya 189
 Ka Meetha 34
 Mandel-Halwa 110
 Peshawari Naan 33

Schoko-Karamell-Torte mit Kardamom 214
 Mango
 Aam Panna 163
 Dal mit Mango 95
 Mango-Chutney 159
 Masala
 Auberginen-Erdnuss-Masala 173
 Blumenkohl-Masala 96
 Chicken Tikka Masala 20
 Kichererbsencurry 176
 Okra Masala 76
 Masala-Grillhähnchen 119
 Masala Puri 185
 Masala Seviyan 213
 Minze, frisch
 Aam Panna 163
 Blumenkohl-Masala 96
 Dahi Vada Chaat 52
 Kacchi-Biryani 200
 Kichererbsensalat 144
 Koriander-Joghurt-Chutney 54
 Minz-Raita 183
 Shikanji 136
 Würzige Grieß-Vada 207
 Zwiebel-Raita 210
 Mohnkartoffeln 182
 Mungbohnen
 Dahi Vada Chaat 52
 Dal fry 14, 17
 Khasta Kachori 46
 Mung-Dal-Salat 103

N

Naan
 Naan vom Grill 128
 Peshawari Naan 33
 Schnelles Naan 109
 Nimki 170
 Nudeln: Masala Seviyan 213

Nüsse
 Auberginen-Erdnuss-Masala 173
 Blumenkohlsalat 69
 Chicken Tikka Masala 20
 Erdnuss-Zitronen-Reis mit Koriander 107
 Gujiya 189
 Pawlowa mit Kaffee und karamellisierten Walnüssen 132
 Tomaten-Erdnuss-Chutney 129
 Walnuss-Mokka-Torte mit Kardamom 160

O

Obst-Chaat 57
 Okra Masala 76

P

Pakoras
 Brot-Pakora-Happen 148
 Spinat-Pakoras 50
 Paneer
 Chapati-Rollen mit Ei 150
 Paneer Do Pyaza 30
 Paneer in Joghurtsauce 99
 Paneer Samosas 156
 Paneer-Spieße 116
 Tandoori-Paneer-Curry 169
 Paprikaschoten
 Masala Seviyan 213
 Paneer-Spieße 116
 Parathas, Spinat-Zwiebel- 83
 Parotta 198
 Pawlowa mit Kaffee und karamellisierten Walnüssen 132
 Peshawari Naan 33
 Pistazien
 Ka Meetha 34
 Mandel-Halwa 110
 Pista Kulfi 58
 Pulao mit Erbsen 181

Puris
 Dahi Puri 44
 Masala Puri 185

R

Raita
 Mais-Raita 108
 Minz-Raita 183
 Raita mit Grilltomaten 130
 Raita mit Knoblauch 84
 Zwiebel-Raita 210

Rava Dosa 208

Reis
 Auberginen-Kokos-Reis 80
 Chili-Pulao mit Hähnchen 154
 Erdnuss-Zitronen-Reis mit
 Koriander 107
 Kacchi-Biryani 200
 Kreuzkümmelreis 29
 Pulao mit Erbsen 181

Rote Bete
 Gemüsebratlinge 143
 Club-Sandwich mit Chutney 147

S

Saag Aloo 26
 Sabji, Ultimates Kartoffel- 104
 Sahne
 Käsekuchen-Trifle 86
 Paneer in Joghurtsauce 99
 Pawlowa mit Kaffee und kara-
 mellisierten Walnüssen 132
 Schoko-Karamell-Torte mit
 Kardamom 214
 Sticky Chicken mit Tomatencurry
 72
 Streetstyle-Eiercurry 204
 Tandoori-Paneer-Curry 169
 Walnuss-Mokka-Torte mit
 Kardamom 160

Salat
 Blumenkohlsalat 69
 Kichererbsensalat 144
 Mung-Dal-Salat 103
 Salat aus roten Zwiebeln 124

Samosas, Paneer 156

Schokolade
 Pawlowa mit Kaffee und kara-
 mellisierten Walnüssen 132
 Schoko-Karamell-Torte mit
 Kardamom 214

Shikanji 136

Sirup: Gulab Jamun 186

Spieße
 Paneer-Spieße 116
 Pikante Garnelen vom Grill 120

Spinat
 Saag Aloo 26
 Spinat-Pakoras 50
 Spinat-Zwiebel-Parathas 83

Sticky Chicken mit Tomatencurry
 72

Streetstyle-Eiercurry 204

T

Trifle, Käsekuchen- 86

Tadka
 Chana-Dal-Chutney 85
 Chili-Knoblauch-Hähnchen 174
 Dal fry 14, 17
 Dal mit Mango 95
 Gesundes Vollwert-Dal 197
 Kokos-Curryblatt-Chutney 211
 Mung-Dal-Salat 103
 Raita mit Grilltomaten 130
 Würziges, süßsaures Dal 66
 Zucchini-Chutney 157

Tamarinde
 Auberginen-Kokos-Reis 80
 Chana-Dal-Chutney 85
 Chili-Knoblauch-Hähnchen 174
 Tamarinden-Jaggery-Chutney 53

Tamarindenkartoffeln 123
 Würziges, süßsaures Dal 66
 Tandoori-Paneer-Curry 169

Teigtaschen
 Gujiya 189
 Khasta Kachori 46
 Spinat-Pakoras 50

Tandoori-Paneer-Curry 169

Tomaten-Erdnuss-Chutney 129

W

Walnuss-Mokka-Torte mit
 Kardamom 160

Z

Zitrone
 Erdnuss-Zitronen-Reis mit
 Koriander 107
 Ingwer-Knoblauch-Hähnchen 92
 Masala-Grillhähnchen 119
 Mohnkartoffeln 182
 Paneer-Spieße 116
 Pikante Garnelen vom Grill 120
 Shikanji 136

Zucchini-Chutney 157

Zwiebeln
 Salat aus roten Zwiebeln 124
 Zwiebel-Kartoffel-Fritters 70
 Zwiebel-Kichererbsen-Bhajis 18
 Zwiebel-Raita 210