

INHALT

12 Vorwort

16 INTERNATIONALE GRUNDZUTATEN

18 **Nordindien**

26 Ghee

28 Braune Zwiebelpaste

29 Panch phoran masala und Garam masala

30 **Südindien**

36 *dakshin*-Currypaste

38 **Pakistan**

43 *nihari*-Gewürzmischung

44 **Myanmar & Südostasien (Inseln)**

50 Würziges Tamarinden-Relish

52 Hühnerfond

54 **Thailand**

62 Zitronengras vorbereiten

63 Kokosmilch und Kokoscreme

64 Gaigant vorbereiten

65 Grüne Currypaste

66 Rote Thai-Chilipaste

68 **Südostasien (Festland)**

75 Kambodschanische Kräuterpaste

76 Getrocknete Chilischoten vorbereiten

77 Kambodschanische rote Currypaste

78 Vietnamesisches Currypulver

79 Eingelegtes Gemüse

80 **Außenposten**

82 Tamarindenwasser

83 Gewürze rösten und mahlen

84 Scharfe Madras-Currypaste

86 Japanische Grundbrühe

87 Mit Senf eingelegte Radieschen

REZEPTE

90 VEGETARISCH

93 Kichererbsenmehl-Schnitten in Joghurtsauce

94 Bunte Hülsenfrüchte

95 Urbohnen

97 Gefüllte Morcheln

98 Pfannengerührter Panir mit Paprikaschoten

100 Saisongemüse in Spinat-Knoblauch-Sauce

101 Joghurt-Curry mit Okraschoten

102 Papadam-Curry

105 Panir in Nussauce

106 Buntes Gemüse-Curry (Südindien)

107 Spinat-Joghurt-Curry

108 Augenbohnen mit Spinat und Tomaten

110 Würziges Okraschoten-Auberginen-Masala

111 Kartoffel-Bohnen-Eintopf

112 Gemüse mit Linsen

115 Grüne Bohnen mit Hülsenfrüchten

116 Milde Chilis in cremiger Sauce

118 Linsen mit Tomaten und Knoblauch

119 Augenbohnen-Curry

120 Kartoffel-Curry

122 Gemüse-Curry (Pakistan)

123 Rotes Curry mit Austernpilzen und Tofu

124 Grünes Kokosherzen-Curry

127 Aromatisches Kürbis-Curry

129 Salat von Bambussprossen

131 Gemüse-Tofu-Curry

132 Pfannengerührter Wasserspinat

134 Kochbananen-Curry

137 Bohnen-Curry in Brot

138 Curry mit weißen Bohnen

139 Fladenbrot mit Kichererbsen

140 FISCH

- 142 Wels in Joghurtsauce
- 143 Fischfilet in Senf-Zwiebel-Sauce
- 145 Riesengarnelen in Kokosmilchsauce
- 146 Hummer mit Kokosmilch und Chilischoten
- 148 Garnelen-Curry mit Granatapfel und Sahne
- 149 Garnelen mit Curryblättern
- 150 Fischeintopf
- 151 Fisch-Curry mit Tamarinde
- 152 Kokosnuss-Fisch-Curry
- 153 Königsmakrelen-Curry
- 154 Gebratene Masala-Sardinen
- 156 Calamari-Curry
- 157 Fisch-Curry mit unreifer Mango
- 158 Krebs in Kokosmilch
- 159 Garnelen nach Bootsmannsart
- 161 Garnelen-Kürbis-Curry
- 162 Austern mit Tomaten und Kokosnuss
- 164 Fisch-Curry mit Tomate
- 165 Garnelen-Curry
- 166 Krebs-Curry
- 169 Jaksa mit Garnelen und Tofu
- 171 Calamari-*adobo*
- 172 Scharfsaures Garnelen-Curry
- 174 Süßsaures Fisch-Curry
- 175 Fischkopf-Curry
- 177 Fisch-Curry mit Kokosmilch und Kurkuma
- 179 Gegrilltes Heilbutt-Curry
- 180 Pfannengerührter Krebs (Thailand)
- 182 Miesmuschel-Curry
- 185 Curry von gedämpften Jakobsmuscheln
- 186 Grünes Garnelen-Curry mit Auberginen
- 189 Wels-Curry mit Reisnudeln
- 190 Pfannengerührtes Krebs-Curry (Laos)
- 193 Grünes Garnelen-Curry mit frischem Dill
- 195 Garnelen-*balti*
- 196 Tropisches Seafood-Curry
- 197 Saures Curry mit Glattbutt
- 199 Kenianisches Fisch-Curry
- 201 Garnelen in Erbsenbrot

202 GEFLÜGEL

- 205 Hähnchen-Curry
- 206 Hähnchen-Morchel-Curry
- 208 Hähnchen-Curry nach Hausfrauenart
- 209 Cremiges Hähnchen-Curry
- 210 Hähnchen *shahjahani*
- 211 Südindisches Hähnchen-Korma
- 212 Pfeffrige Hähnchenbrust-Pfanne
- 214 Hähnchen-Curry mit Kokosmilch
- 215 Hähnchen mit unreifer Mango
- 216 Hähnchen-Curry aus Sri Lanka
- 217 Besonderes Hähnchen-Curry
- 218 Birmanische Hühner-Nudel-Suppe
- 220 Hähnchen-Tomaten-Curry mit Limette
- 221 Hähnchen-*adobo*
- 222 Dschungel-Curry mit Hähnchen und Gemüse
- 224 Aromatisches Curry mit Hähnchen und Kartoffeln
- 225 Hähnchen-Curry mit junger Jackfrucht
- 227 Hähnchen-Curry mit Süßkartoffeln
- 228 Hähnchen-Curry mit Kartoffeln (Karibik)
- 231 Tikka masala mit Hähnchen
- 232 Sahniges Hähnchen-Curry mit Nüssen
- 233 Hühner-Nudel-Curry
- 234 Ente mit balinesischen Gewürzen
- 235 Enten-Curry
- 236 Muslimisches Enten-Kartoffel-Curry
- 238 Ente mit karibischer Chili
- 239 Wachteln in Joghurtsauce
- 241 Wachteln in würziger Sauce

242 FLEISCH

- 244 Feuriges Lamm-Curry (Nordindien)
- 246 Lamm-Mais-Curry
- 247 Lammhaxe in Safransauce
- 249 Lamm mit Wintergemüse und Spinat
- 251 Lammschulter mit Chilischoten und Minze
- 252 Lamm in Zwiebelsauce
- 253 Hammel-Curry mit Joghurt
- 255 Lamm-Curry mit Röst-Kokosnuss
- 256 Würziges Lamm-Curry