

Jeder kann kochen, er braucht nur Mut: Curry Nudeln mit gebratenem Rindfleisch



Einen schönen Gruß aus der Küche wünscht euch euer Hotty. Wir bewegen uns ja derzeit in der thailändischen Küche. Man kann quasi sagen, dass diese Küche immer viel zu bieten hat und gut für den Körper ist, solange man auf Glutamat verzichtet. Ich war kreuz und quer in Thailand unterwegs und habe viele kulinarische Leckerbissen kennengelernt und muss wirklich sagen, dass in Europa ganz anders gekocht wird, wenn es um die thailändische Küche geht.

Die Geschmacksexplosionen, die ich in Thailand erleben durfte, möchte ich euch mit den Rezepten näherbringen, die ich von den Köchen dort in Erfahrung bringen konnte. Die Basics haben wir ja schon lange abgearbeitet. Falls ihr Sie nochmal in eure Erinnerung rufen wollt, dann geht in unsere Rezepte und schaut da nochmal nach, denn wir brauchen die Basics heute wieder denn wir machen heute mal Curry Nudeln mit Rind.

Zu den Zutaten

- 300 gr. Reisnudeln
- 500 gr. Rindfleisch, geschnetzelt
- 75 ml. Sesamöl
- 250 gr. Rote Currypaste
- 700 ml Kokosnussmilch

- Ca. 60 ml. Fischsauce
- 1 Bund Koriander
- 2 Limetten

Bereitet wie immer am Anfang alles vor, dass es am Ende auch gut von der Hand geht. Zuerst schneidet Ihr euer Rindfleisch in Mundgerechte Streifen, nicht zu dick und nicht zu dünn. Dann hackt Ihr den Koriander und presst die Limetten aus. Während Ihr das macht könnt Ihr die Reismudeln schonmal kochen lassen. Achtet bitte dabei drauf, dass Sie noch bissfest sind. Ich gehe mal davon aus das Ihr keinen Wok habt. Wenn das der Fall ist genügt euch auch eine Bratpfanne. Bratet jetzt das Rindfleisch kurz an in Sesamöl an und nehmt es aus der Pfanne. Mit dem restlichen Öl röstet Ihr jetzt eure Rote Curry Paste an und gebt dann die Kokosmilch hinzu und lasst es etwas aufkochen. Dann gebt Ihr euer Fleisch und die Nudeln in die Pfanne und mischt das ganze gut durch. Schmeckt das ganze mit Fischsauce und Limettensaft ab und fertig sind eure Curry Nudeln mit Rind. In einigen Regionen von Thailand werden noch mehr Zutaten verwendet, dort kommt dann auch mal Shrimp Paste mit zum Einsatz. Aber wie immer und das wisst Ihr ja, hab ich das genommen was mir persönlich zugesagt hat. Daher viel Spaß beim Kochen, euer Hotty.

In eigener Sache:

Bald macht sich der Hotty vom Nordhessen Journal wieder auf einen Trip für euch, um Original Rezepte für euch mitzubringen, wo es keine Geschmacksverstärker zum Einsatz kommen und wo man selbst noch das Essen und die Geschmäcker schätzt. Die Rezepte aus Thailand gibt es auch weiterhin und Ihr werdet es schon merken, wenn es wieder heißt, Jeder kann kochen er braucht nur Mut: aus Mexiko, oder Argentinien oder Brasilien oder USA. Lasst euch überraschen wo es demnächst hinget, euer Hotty.



■