

Zart, fein und köstlich

Kalbfleisch

Orientalisches Curry

aus Kalbsgulasch, Kokosmilch und Kichererbsen

(für 4 Personen)

700 g Kalbfleisch
aus Hals oder Schulter
300 g Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
1/2 rote Chilischote
250 g Kichererbsen
aus der Dose
1 Esslöffel Öl
1 Esslöffel Butter
Salz
nach Geschmack 3 Tee-
löffel Ras el-Hanout,
Garam Masala oder
Currypulver

250 ml Kalbsfond
200 ml Kokosmilch
2 Teelöffel Speise-
stärke

außerdem

1 Bund
Frühlingszwiebeln



Foto: KDK/Deutsches Kalbfleisch/Merle Weidemann

Zwiebeln und Knoblauch pellen und fein würfeln. Die Chilischote entkernen und in feine Ringe schneiden.

Die Kichererbsen in ein Sieb geben und mit Wasser abspülen.

Das **Kalbfleisch** würfeln.

Öl in einem Topf erhitzen, Butter zugeben und das Fleisch darin portionsweise von allen Seiten anbraten.

Zwiebeln, Knoblauch und Chiliringe zufügen und mit dem Fleisch etwas anschmoren. Die Gewürze unterrühren.

Den Kalbsfond zugießen, erst aufkochen, dann 40 bis 50 Minuten köcheln lassen.

15 Minuten vor Garzeitende die Kichererbsen zufügen.

Wenn Flüssigkeit fehlt, weiteren Fond zugießen.

Kurz vor dem Servieren die Speisestärke in die Kokosmilch rühren, unter das Fleisch ziehen und alles noch einmal aufkochen lassen. Abschmecken.

Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in feine Ringe schneiden.

Zum **Servieren** das Curry mit den Frühlingszwiebeln bestreuen



Besser von hier: KDK – Kalbfleisch aus Deutschland steht für höchsten Genuss und für gesunde Ernährung.

Weitere Infos rund um deutsches Kalbfleisch und weitere köstliche Kalbfleischrezepte finden Sie unter www.deutsches-kalbfleisch.de

Gefördert durch:



Ministerium für Umwelt, Landwirtschaft, Natur- und Verbraucherschutz des Landes Nordrhein-Westfalen