

Ressortgericht CEO

Zutaten für 4 Personen

Zubereitung

Zutaten Kartoffelnocken:

400 g Kartoffeln, gekocht
70 g Kichererbsenmehl
1 TL Curry
1 Msp Asafoetida
1 TL Schwarzkümmel
2 EL Olivenöl
Salz & Pfeffer

Zutaten Linsen-Masala:

180 g Rosa Linsen
3 EL Olivenöl
10 g Knoblauchwürfel
40 g Zwiebelwürfel
15 g Ingwerwürfel
½ TL Kreuzkümmel, ganz
200 g Tomatenwürfel / Dose
½ TL Kurkuma
1 TL Curry
1 Msp Bockshornkleblätter
¼ TL Kalooni / Zwiebelsamen
1 Liter Gemüsebrühe
10 Knoblauchzehen, fermentierte und in Scheiben
Salz & Pfeffer

Zutaten Auberginen-Tahina:

150 g Aubergine, gegrillt
(am besten von einem Kohlegrill)
150 g Kichererbsen, gekocht
70 g Tahina
5 g Knoblauchwürfel
70 g Olivenöl
3 EL Zitronensaft
Salz & Pfeffer

Zutaten Minz-Raita:

150 g 10% Joghurt
15 Blätter frische Minze
½ TL Schwarzkümmel
1 Spritzer Zitronensaft
Salz & Pfeffer

Zubereitung Kartoffelnocken:

Die gekochten Kartoffeln noch warm durchpressen und mit allen weiteren Zutaten einen Teig herstellen. Mit zwei Esslöffeln Nocken formen und in Öl goldgelb ausbacken.

Zubereitung Linsen-Masala:

In einem Topf Zwiebel, Knoblauch, Ingwer und die Gewürze hell anschwitzen. Mit Gemüsebrühe ablöschen und die Linsen sowie das Tomatenmark zugeben. Langsam die Linsen weichkochen, bis das Masala eine sämige Konsistenz erreicht hat. Zuletzt mit Salz und Pfeffer abschmecken und die fermentierten Knoblauchscheiben unterheben.

Zubereitung Auberginen-Tahina:

Alle Zutaten im Mixer zu einer sehr feinen, cremigen Masse verarbeiten und mit Salz abschmecken.

Zubereitung Minz-Raita:

Die Minze fein hacken und mit allen Zutaten das Raita herstellen. Mit Salz abschmecken.

Anrichten:

Die Kartoffelnocken auf dem Linsen-Masala anrichten und mit dem Auberginen-Tahina und Raita garnieren.



Gebackene Curry-Kartoffel-Nocken mit Linsen-Knoblauch-Masala und Auberginen-Orsals-Tahina



Kartoffeln -
Vertrauen



Linsen -
Nachhaltigkeit



Salz -
Selbstbestimmung



Ingwer -
Wir-Gefühl



Fermentierter
schwarzer Knoblauch -
Kreativität



Aubergine -
Begeisterung



Tomaten -
Veränderungsbereitschaft