

Richis duftendes Lammcurry



Zutaten für 4 Personen

- 1 TL Fenchelsamen
- 2 EL Kreuzkümmelsamen
- 1 EL Bockshornkleesamen
- 10 Nelken
- 2 Sternanis
- 3 ganze Kardamomkapseln,
- 3 frische Kafirlimettenblätter
- 1 EL Chiliflocken
- 1/2 EL gemahlene Muskatnuss
- 2 TL Kurkumapulver
- 300g Schalotten
- 4 Knoblauchzehen
- 1/2 Zimtstange
- 100g Ingwer
- 100ml Olivenöl
- 1 Dose ganze Pelati (800g)
- 1 Bund frischer Koriander, nur Stängel und Wurzeln
- 2 Bio Orangen
- 1 Bio Zitrone
- 1 Limette
- 300ml Ananassaft (aus der Dose oder frisch)
- 1,5 Kilo Lammschulter

Zubereitung

Fenchel-, Kreuzkümmel- und Bockshornkleesamen in einer Pfanne rösten. Zusammen mit den anderen Gewürzen mörsern oder in einem Cutter fein mahlen.

Schalotten und Knoblauchzehen schälen und in Scheiben schneiden. In einem Schmortopf im Olivenöl etwa 10 Minuten anbräunen. Ingwer fein hacken, mit der Zimtstange und den gemahlene Gewürzen in die Pfanne geben und 3 Minuten gut umrühren.

Pelati abgiessen, grob hacken und in den Topf mit den Gewürzen geben. Mit Meersalz würzen und während rund 15 Minuten einkochen, bis die Sauce einigermassen trocken ist.

Von den Schalen der Orange und der Zitrone je einen 8 cm langen Streifen schneiden. 100ml Orangensaft, 2 EL Zitronensaft und 1 EL Limettensaft pressen.

Korianderstängel mit den Wurzeln fein hacken und mit den Zitrusstreifen, dem frischen Orangen-, Zitronen-, Limetten- und Ananassaft zu den gewürzten Pelati geben. Beiseite stellen.

Ofen auf 170 °C vorheizen.

Lammschulter in 5 Zentimeter grosse Stücke schneiden.

2 EL Olivenöl «extra vergine» in einer Gusseisenpfanne erhitzen. Fleischstücke mit Meersalz bestreuen und portionenweise bei hoher Hitze während zirka 12 Minuten auf allen Seiten anbraten bis sie schön braun werden.

Die angebratenen Fleischstücke zum Curry geben, gut mischen und 90 Minuten im Ofen gut zugedeckt gar werden lassen. Ab und zu durchrühren.

Ofentemperatur auf 120 °C reduzieren, und das Fleisch bei weiteren 60 Minuten butterzart werden lassen. Es sollte aber nicht zerfallen.

Aus dem Ofen nehmen und mit Basmatireis servieren.