

Rezepte vom Lamm

Lammpfanne indischer Art

Für 3-4 Personen

Zutaten:

- 500g Lammfleisch(Keule)
- 1 El Öl
- Evtl. Schalotten und Knoblauch
- 2 gehäufte EL Curryöl
- 500g Kokosmilch
- 50g Pekannüsse geröstet
- 250g grüne Bohnen
- Salz

Zubereitung:

Lammfleisch in Würfel schneiden und Öl im Topf erhitzen. Danach das Lammfleisch im erhitztem Öl anbraten (nach Belieben geschnittene Zwiebel (kleine Würfel) und Knoblauch mit anbraten).

Mit 2 gehäuften Esslöffel Curryöl würzen und mit Kokosmilch aufgießen. Jetzt ca. 45 min köcheln lassen. Die grünen Bohnen in Stücke schneiden und die gerösteten Pecannüsse zugeben. Noch weitere 10 min köcheln lassen. Eventuell mit Salz abschmecken.

Mögliche Beilagen:

Reis

