

Erbssuppe

| | |
|---------|----------------------------|
| 600 g | Tiefkühl-Erbsen |
| 1 Liter | Wasser |
| 2 EL | Bratbutter |
| 2 TL | Ingwer, gerieben |
| 2 | Zwiebeln |
| 2 | grüne Chilischoten |
| 2 cm | Ingwer |
| 4 | Kartoffeln (mehligkochend) |
| 1 Liter | Wasser oder Bouillon |
| 2 | Lorbeerblätter |
| 3-4 | Nelken |
| ... | Salz |

Gewürzmischung 1

| | |
|---------|-------------------|
| 1 TL | Kreuzkümmel |
| 1 TL | Kurkuma |
| ½ TL | Chilipulver |
| 8 Umdr. | schwarzer Pfeffer |

Gewürzmischung 2

| | |
|---------|-----------------|
| ½ TL | Muskat |
| 1 TL | Nelkenpulver |
| 1 Prise | Zimt |
| ... | Salz und Zucker |
| 2 dl | Vollrahm |

Die Erbsen in 1 Liter gesalzenem Wasser kochen, bis sie weich sind. Pürieren und durch ein Sieb streichen; dabei gut ausdrücken.

Ingwer und Chilischoten fein hacken. Zwiebeln schälen und grobhacken. Die Kartoffeln schälen und grob würfeln.

Die Bratbutter in einer grossen Pfanne erhitzen und die **Gewürzmischung 1** anbraten, bis sie duftet. Danach Knobli und Ingwer begeben und 2 Minuten braten, anschliessend die Zwiebeln und Chili begeben und einige Minuten weiterbraten.

Erbsensud, Kartoffeln und Wasser oder Bouillon sowie Nelken, Lorbeerblätter und (bei Bedarf) Salz begeben und alles zum Kochen bringen. Danach die Hitze reduzieren und die Suppe zugedeckt eine knappe Stunde köcheln lassen.

Die Lorbeerblätter und Nelken entfernen. Danach die Suppe pürieren. Wieder aufs Feuer stellen und den Rahm sowie die **Gewürzmischung 2** begeben. Mit Salz und Zucker je nach Gusto nachwürzen.

Lamm-Curry

| | |
|-------|------------------------------------|
| 600 g | Lammfleisch (Filet) |
| 4 EL | Sonnenblumenöl |
| 3 cm | Ingwer, gerieben |
| 4 | Knoblizehen, gerieben |
| 600 g | gehackte Tomaten (aus der Dose) |
| 2 TL | Salz |
| 1 TL | Kurkuma |
| 2 TL | Chilipulver |
| 4 TL | Korianderpulver |
| 1 TL | Garam Masala |

Das Fleisch in 2 cm grosse Würfel schneiden.

In einer grossen Bratpfanne das Öl erhitzen, Ingwer und Knoblauch dazugeben und kurz anbraten. Die Fleischstücke beifügen. Bei mittlerer Hitze unter Rühren 5 Minuten anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen.

Die Tomaten in die Pfanne geben und 5 Minuten braten. Dann Salz, Kurkuma, Chilipulver und das Fleisch dazugeben. Die Hitze reduzieren und ca. 30 Minuten garen. Öfters umrühren.

Das Korianderpulver einrühren und weitere 15 Minuten bei niedriger Hitze köcheln.

Am Schluss Garam Masala darüberstreuen.