

Tomatensauce nach Indischer Art

Kategorien: Aufbau, Sauce, Nudelsauce, Tomate, Indien

Zutaten für: 1 Rezept

9		Tomaten; enthaeutet und Zerkleinert
3	Teel.	Kreuzkuemmel; gemahlen
2 1/2	Teel.	Koriandersamen; gemahlen
3/4	Teel.	Gelbwurz; Kurkuma
3/4	Teel.	Cayennepfeffer Schwarzer Pfeffer
6	cm	Ingwerwurzel; geschaelt Und grob gehackt
10		Knoblauchzehen; fein gehackt
200	ml	Wasser
6	Essl.	Pflanzenoel
4		Zwiebeln; gehackt
8	Essl.	Joghurt Salz

NACH GESCHMACK

Garam Masala
Sahne

Anleitung:

Ingwer und Knoblauch mit Wasser im Mixer mahlen, bis eine glatte Paste entsteht.

In einem Topf das Oel bei mittlerer Waerme erhitzen. Die Zwiebeln darin unter staendigem Ruehren duensten, bis sie eine mittelbraune Farbe annehmen. Die Ingwer-Knoblauch-Paste zufuegen und ruehren, bis das Wasser aus der Mischung verdampft ist und das Oel wieder sichtbar wird.

Kreuzkuemmel, Koriander, Cayennepfeffer und Gelbwurz zugeben und 20 Sekunden weiterruehren. Sofort die zerleinerten Tomaten zufuegen und auf mittlere Hitze verringern. Unter weiterem Ruehren die Mischung 3 bis 4 Minuten duensten und dabei die Tomatenstuecke mit einem Schaumloeffel zerdruecken.

Ein Essloeffel Joghurt zugeben und verruehren, bis er sich mit der Sauce verbunden hat. Mit dem restlichen Joghurt auf gleiche Weise verfahren.

Mit Salz abschmecken und zugedeckt bei schwacher Hitze 20 Minuten koecheln lassen.

Vor dem Servieren nach Geschmack mit Garam Masala und Rahm verfeinern.