

*Streifen vom Hof eigenem Strohschwein exotisch gewürzt
mit fruchtiger Ananas und Curry*

Zutaten für 6 Personen

600 g	Schweinefleisch aus der Keule	20 g	Tomatenmark
200 g	rote Zwiebeln geschält	100 g	Sauerkraut
2 El	Öl	200 ml	Ananassaft
2 El	Tandoori - Pulver (10 g)	100 ml	Weißwein trocken
1 Tl	Currypulver	¼ Ananas geschält 1x1 cm gewürfelt	
1 Tl	gemahlene Cumin	2 El	fein geschnittenes Basilikum
10 g	Ingwer fein gehackt	200 g	Schmand
2 El	Sesamsamen		

Zubereitung

Das Schweinefleisch sehr gut trockentupfen und in ca 1 cm große Würfel schneiden. Die Zwiebel in Würfel schneiden, Ein mittelgroßen Topf nehmen und etwas Öl darin erhitzen. Das Fleisch und die Zwiebeln nach und nach darin anbraten, dann alles mit Tandoori Pulver, Curry, Cumin, Ingwer und je 1 Tl Salz und Zucker würzen. Rühren sie das Tomatenmark mit ein und braten sie alles nochmal für 4 Minuten mit.

Das Sauerkraut gut ausdrücken und zum Fleisch dazu geben. Gießen sie nun alles mit dem Ananassaft sowie dem Weißwein auf und lassen sie den Gulasch für weitere 40 Minuten bei schwacher Hitze köcheln lassen. 5 Minuten vor Ende der Garzeit die Ananaswürfel, Schmand, Sesam dazu geben und mit Salz und Zucker abschmecken. Nach dem Anrichten, als Garnitur, die fein geschnittenen Basilikumblätter über das Fleisch geben.

Kontakt

www.kochenundkunst.info
info@kochenundkunst.info
Tel.: 0341 529 406 83