



ENSEMBLE NOISTEN

Curry auf Oliven

Das Kochbuch





Udo Klar

Bernd Thissen

Udo Z

Seemann



Dieses Kochbuch ist ein kleines Werk zu unserer CD „Curry auf Oliven“.

Sie finden hier Rezepte zum Thema Curry und Oliven. Es ist eine Auswahl der Rezepte, die Sie uns nach den Konzerten, via Facebook oder Email geschickt haben, danke dafür. Wir haben alle Rezepte ausprobiert; die Auswahl war nicht einfach, das Ausprobieren ein großer Spaß.

Die Rezepte, die wir hier ausgewählt haben, stammen von Sieglinde Hölter, Karola Matthias, Marion Heßler, Susanne Lohmann, Petra Zeller, Andreas Kneip und Vasanthini Devaguruparan.

Nun sind Sie dran,
viel Freude beim Nachkochen!

Ihr Ensemble Noisten



Das Kochbuch



Die Rezepte

| | |
|---|----|
| Currycremesuppe | 6 |
| Gefüllte Champignons | 8 |
| Pizza Curry auf Oliven | 10 |
| Türkischer Salat | 14 |
| Exotisches Hähnchencurry | 16 |
| Beef Curry | 18 |
| Scharfes Auberginen-Curry mit Oliven (Kath-Tharik-Kaai) | 20 |
| Oliven-Rievkooche mit scharfem Appelmus | 22 |
| Olivenwaffeln | 24 |
| Currywaffeln (auch als herzhaft Pfannkuchen backbar) | 25 |

Currycremesuppe

Zutaten für 2 Personen

1 Banane
1 Frühlingszwiebel
1 Scheibe Ananas
1 TL Öl
2 TL Curry
250 ml Wasser
TL Gemüsebrühe
2 EL Milch 3,5% oder Sahne
Ananassaft
Schnittlauch

Zubereitung

Die Banane und die Frühlingszwiebeln in Streifen schneiden, die Ananas würfeln. Das Öl in einem Topf erhitzen, die Zutaten dazu geben, kurz bräunen und mit dem Currypulver bestäuben. Das Gemüsepulver in Wasser auflösen und in den Topf geben. Nach ca. 5 Minuten Kochzeit die Suppe mit dem Stabmixer pürieren und mit Milch oder Sahne und mit Ananassaft verfeinern. Frische Kräuter kurz vor dem Servieren auf die Suppe streuen.

Gefüllte Champignons

Zutaten für 2 Personen

500 g Putenhackfleisch
7 große weiße Champignons
1 große Zwiebel
2 Zehen Knoblauch
Salz, Pfeffer, Currypulver
Olivenöl
etwa 1 halbe Mango
6 Scheiben Schmelzkäse

Zubereitung

Zwiebel kleinschneiden, Knoblauch in feine Würfelchen schneiden und kurz anbraten, dann das Putenhack dazugeben und krümelig mit anbraten, salzen und pfeffern. Wenn alles gut angebraten ist, Mango und den 7. Pilz kleinschneiden, beides untermischen und mit dem Currypulver würzen, kurz anschmoren. Dann 1 Packung Crème fraîche (15 % Fett) untermischen. In eine Auflaufform, die ich mit Olivenöl ausgestrichen habe, 6 Champignons (ohne Stiele) stellen, diese ein wenig salzen und mit der Fleischmasse füllen, kann ruhig die ganze Masse auch neben die Pilze in die Form gegeben werden und mit 6 Scheiben Toastschmelzkäse belegen. Ab in die Röhre und das ganze bei 190-200 ° etwa 20 Minuten überbacken. Basmatireis in der Zwischenzeit kochen, den fertigen Reis etwas salzen und den Rest der Mango kleingeschnitten unter den Reis geben.

Pizza Curry auf Oliven

Zutaten für 2 Personen

200 g Mehl
½ TL Zucker
10 g Hefe
1 ½ Tassen Milch
6 EL Olivenöl
1 gestrichener TL Salz
Oregano
Paprika
150 g Mozzarella
3 TL Currypaste
passierte Tomaten
Currypulver
100 g Oliven

Zubereitung

Hefe zerbröseln und mit einer halben Tasse lauwarmen Milch und dem Zucker vermischen und 10 Minuten gehen lassen. Den Mehlsatz mit dem restlichen Mehl und der Milch glatt verkneten und 30 Minuten an einem warmen Platz gehen lassen. Dann das Öl, Salz und die klein geschnittenen Oliven unter den Teig kneten und noch einmal 15 Minuten gehen lassen. Dann den Pizza Boden ausrollen. Dann die Currypaste mit den passierten Tomaten und spiralförmig auf den Pizzaboden geben. Darauf kommt klein geschnittene Paprika sowie der in Scheiben geschnittene Mozzarella. Zum Schluss das Ganze noch mit Oregano und Currypulver bestreuen und bei vorgeheiztem Backofen bei 200 Grad 40 Minuten backen lassen.





ENSEMBLE NOISTEN

Curry auf Oliven

Global Klezmer

Türkischer Salat

Zutaten für 2 Personen

- 1 Dose Kichererbsen
- 1 Salatgurke
- 2 Tomaten
- 1 Zwiebel rot
- 3 EL Petersilie glatt gehackt
- 125 g Oliven, schwarz
- 1 EL Zitronensaft
- 3 EL Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe
- 1 TL Honig

Zubereitung

Die Kichererbsen gut abtropfen lassen. Die Salatgurke längs halbieren und die Kerne entfernen. Dann in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Tomaten fein würfeln (ca. 1 cm) und die Zwiebel fein hacken. Kichererbsen, Salatgurke, Tomaten, Zwiebelwürfel und Oliven mit der gehackten Petersilie in eine Schüssel geben. Den Knoblauch pressen. Aus Olivenöl, Zitronensaft, Honig und Knoblauch eine Marinade herstellen. Das geht sehr gut in einem verschließbaren Glas. Alle Zutaten kommen hinein, dann fest verschließen und gut schütteln. Die Marinade unter die restlichen Zutaten heben. Gut durchziehen lassen und zimmerwarm servieren. Wenn man statt Gurke Zucchini nimmt, zieht der Salat nicht sehr viel Wasser und man kann ihn sehr gut vorbereiten und über Nacht durchziehen lassen. Dazu passt Pide.

Exotisches Hähnchen Curry

Für 4 Personen

Zutaten

550 g Hähnchenfilets

100 g Zwiebeln

400 g Rote Paprika

150 g Ananasscheiben

1-2 Knoblauchzehen

1 Stück frischer Ingwer (2cm)

4 EL Öl

Salz, Pfeffer

1 EL Currypulver

250 ml Hühnerbrühe

1-2 EL heller Saucenbinder

150 g Crème fraîche oder Schmand

Zubereitung

Fleisch waschen und trocken tupfen. Zwiebeln abziehen, Paprika waschen, putzen, Fleisch in Würfel, Paprika und Zwiebel in Streifen und Ananas in Stücke schneiden. Knoblauch abziehen, Ingwer schälen und beides fein hacken. Öl in einer Pfanne erhitzen, Hähnchenfleisch mit Salz, Pfeffer und Curry würzen. Bei mittlerer Hitze in Öl hellbraun anbraten, aus der Pfanne nehmen. Paprika und Zwiebeln in Bratöl ca. 4 Minuten anbraten, Ananas, Knoblauch und Ingwer zugeben und kurz erhitzen. Mit Brühe ablöschen und aufkochen lassen. Saucenbinder anrühren und nochmals aufkochen lassen. Die Pfanne vom Herd nehmen und Creme Fraiche einrühren. Fleisch in die Pfanne geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Unser Trommler Devan empfiehlt außerdem noch Garam Masala. Dazu schmeckt Basmati Reis.

Beef Curry

Zutaten für 2 Personen

600- 800 g Rindfleisch
Milch
Öl Zwiebel
Apfel
1 kl. Dose Tomatenmark
2 Lorbeerblätter
3 TL Koriander
 $\frac{3}{4}$ TL Gelbwurzel
 $\frac{3}{4}$ TL Cumin
1 $\frac{1}{4}$ TL Chili-Pulver
 $\frac{3}{4}$ TL schwarzer Pfeffer
3 TL Salz
1 $\frac{1}{2}$ TL Ingwer
3 TL Madras Curry
1 $\frac{1}{2}$ TL Paprika
Fleischbrühe

Zubereitung

Gewürze und Milch zu einer sämigen Paste verrühren. 4 EL Öl erhitzen und die Paste 2 Minuten anbraten; Zwiebel rein, Fleischbrühe dazu, Tomatenmark, Lorbeerblätter reinschmeißen und 15 Minuten kochen; klein geschnittenes Fleisch und klein gewürfelter Apfel dazu und 2 ½ Stunden köcheln lassen. Am nächsten Tag (!) eine ½ Stunde aufwärmen. Mit Kokosflocken bestreuen. Dazu Reis, Bananen, ungesalzene Erdnüsse, Ananas, Buttermilch oder gar Oliven.

Scharfes Auberginen-Curry mit Oliven

(Kath-Tharik-Kaai-Kulampu)

Zutaten für 2 Personen

1 kg Auberginen
2 Zwiebeln
10 Curryblätter
½ TL Fenchel
½ TL Schwarzer Senf
½ TL Bockshornkleesamen
2 TL „Jaffna“-Currypulver
30-40 g Tamarindenmark
4 Knoblauchzehen
50 ml Kokosmilch
5 Nelken
5 Kardamomkapseln
1 l Pflanzenöl
Salz
500 ml lauwarmes Wasser
250 g grüne Oliven

Zubereitung

Auberginen längs vierteln und in ca. 5 cm lange Stücke schneiden, in Pflanzenöl frittieren und beiseite stellen. Zwiebeln in Halbringe schneiden. Tamarindenmark in lauwarmem Wasser 10 min einweichen, mit den Fingern ausdrücken, das Wasser abseihen und als Tamarindensud auffangen. In einem tiefen Kochtopf ca. 5 TL Pflanzenöl erhitzen und Zwiebeln dünsten. Curryblätter, Senf, Bockshornklee und Fenchel dazugeben und die Zwiebeln goldbraun braten. Tamarindensud, Salz und Currypulver dazugeben und bei mittlerer Hitze köcheln. Geschälten und in Stücke geschnittenen Knoblauch ins Curry geben. Nach ca. 5 min die Auberginen hinzufügen, vorsichtig umrühren. Kokosmilch dazugeben. Bei niedriger Hitze ca. 10 min kochen und danach vom Herd nehmen. Nelken, Kardamom und Zimt ohne Öl leicht rösten, im Mörser zerstoßen und ins Curry geben, vorsichtig mischen. Oliven in kleine Stücke schneiden und leicht in wenig Öl frittieren. Am Ende die frittierten Oliven zum Curry geben und gut umrühren.

Olivenrievkooche met scharfem Appelmus

Zutaten für 2 Personen

2 Kg Kartoffeln

4 Eier

Öl

100-200 g schwarze Oliven

8 große Äpfel

½ TL Fenchel

1 TL Anis

1 TL Schwarze Senfsamen

Nelken, Koriander nach Geschmack

2 kleine Chilis

2 Zwiebeln

Zubereitung

8 große Äpfel in einem Kessel bei mittlerer Hitze weichkochen. Gleichzeitig: 1/2 TL Fenchel, 1 TL Anis, 1 TL Schwarze Senfsamen in einer Pfanne anrösten. Wenn die Apfelstückchen weich sind, beim Umrühren zerdrücken. Fenchel, Anis, Senfsamen, Nelken, Koriander, nach Geschmack 2 kleine Chilis, kleingeschnitten, hineinrühren. Bei schwacher Hitze noch ein wenig durchziehen lassen, gelegentlich umrühren. 2 Zwiebeln schälen und klein würfeln, 2 kg Kartoffeln schälen und fein in ein Sieb reiben, dann die Flüssigkeit herausdrücken und zu den Zwiebeln in eine Schüssel geben, mit 4 Eiern zu einem Teig vermengen, 100-200 g Schwarze Oliven kleinscheiden und dazu rühren. In einer Pfanne löffelweise in Öl zu Reibekuchen backen.

Olivenwaffeln

Zutaten für 2 Personen

125g Butter
3 Eier
250g Mehl
1 TL Backpulver
Salz
1/8 l kalte Gemüsebrühe
50 g fein gewürfelte Oliven
50 g fein gehackte Cashewnüsse
5 EL geriebener Gouda

Zubereitung

Butter + Eier cremig rühren, Mehl, Backpulver und Salz mischen und abwechselnd mit der Brühe unterrühren, restliche Zutaten unterrühren und goldgelbe Waffeln backen, ergibt ca 8 Stück, wer kein Waffeleisen hat, kann das auch als herzhaftes Pfannekuchen zubereiten.

Currywaffeln (auch als herzhaftes Pfannkuchen backbar)

Zutaten für 2 Personen

125 g Butter
4 Eier, 240 g Mehl
2 TL Backpulver
1/3 l Buttermilch
Salz
1/2 - 1 TL Currypulver

Zubereitung

Butter und Eier cremig rühren, Mehl mit Backpulver mischen und abwechselnd mit der Buttermilch unter den Teig rühren, zum Schluss Salz und Currypulver untermischen, dann goldgelbe Waffeln backen, ergibt ca. 11 Stücke.



Guten Appetit

Design:

© 2014 **IN2IT**

www.in2-it.de

contact@in2-it.de



Foto - Bernd Thissen



ENSEMBLE NOISTEN

www.ensemble-noisten.com

reinald.noisten@gmx.de

