

Koriander-Garnelen nach Bengali-Art

Für 4 Personen

- 4 frische grüne Chillies,
entkernt
- 4 Frühlingszwiebeln,
gehackt
- 3 Knoblauchzehen
- 2,5-cm-Stück frischer
Ingwer, gehackt
- 2 TL Sonnenblumenöl
- 4 EL Senföl oder Pflanzenöl
- 1 EL gemahlener Koriander
- 1 TL Senfsamen, zerstoßen
- 180 ml Kokosmilch
- 500 g rohe Riesengarnelen,
ausgelöst und
Darmfäden entfernt
- Salz
- 120 g frisch gehackter
Koriander, plus einige
Blätter zum Garnieren
- frisch gekochter Reis, zum
Servieren
- Zitronenspalten,
zum Garnieren

Chillies, Frühlingszwiebeln, Knoblauch, Ingwer und Sonnenblumenöl in einer Küchenmaschine fein pürieren. Das Senföl in einer großen, schweren Pfanne erhitzen und die Gewürzpaste darin auf niedriger Stufe unter Rühren 2 Minuten anschwitzen.

Koriander, Senfsamen und Kokosmilch zufügen und unter Rühren zum Kochen bringen. Die Hitze reduzieren und 5 Minuten köcheln lassen.

Die Garnelen hineingeben und weitere 6–8 Minuten mitköcheln, bis sie sich rosa gefärbt haben. Mit Salz abschmecken, den gehackten Koriander einrühren und sofort mit gekochtem Reis servieren. Mit Zitronenspalten und ein paar Korianderblättern garnieren.