

# Lamm Curry

## Zutaten

(für 4 Personen)

- 1 Lammkeule (1,5 Kg)
- 2 Möhren
- 3 Schalotten
- 3 Zwiebeln
- 10 kleine Strauchtomaten
- 500 ml Geflügel-Brühe
- 300 ml Kokosmilch
- 1 EL Tomatenmark
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Stück Ingwer
- 1 EL Zitronengras (gemahlen)
- 1 EL Curry Malabar
- 1 EL Spicy's Orientalischer Pfeffer
- 1 TL Kardamom gemahlen
- Salz

## Zubereitung

Die Knochen aus der Lammkeule lösen und die Sehne entfernen. Das Fleisch in gleich große Stücke schneiden. In Öl die Lammstückchen in kleinen Portionen scharf anbraten. Anschließend entnehmen Sie das angebratene Fleisch und stellen es zur Seite.

Dann die gewürfelten Schalotten und den zerkleinerten Knoblauch in den Bräter geben und kurz andünsten, bevor sie alle Gewürze und das Tomatenmark hinzugeben und gut 2 Minuten rühren.

Nun geben sie das Fleisch zurück in den Bräter und vermischen alles ordentlich. Die Geflügelbrühe und die Kokosmilch hinzugeben und aufkochen. Dann die Hitze reduzieren und auf kleiner Flamme für ca. 1 Stunde köcheln lassen.

Nun geben sie auch die Möhren und nach 20 Minuten die Tomaten und Zwiebeln zum Curry. Lassen sie alles noch mal 10 Minuten köcheln.

Schmeckt hervorragend mit Basmati-Reis.