MANUELA MAHN

GEWÜRZEXPERTIN | GASTROSOPHIN | AUTORIN

Gewürze verbinden Welten.

Curry-Wissen, das nachwirkt



Schön, dass Sie bei der Gebeco-Veranstaltung dabei waren.
Hier finden Sie mein Curry-Rezept zum Mischen und Genießen.

ENTDECKEN
VERSTEHEN
GENIESSEN

BASIS CURRYPULVER
Gewürzmischung

Zutaten

2	Ceylon-Zimtstangen
3	getrocknete Lorbeerblätter
1 EL	ganzer Schwarzer Pfeffer
1 EL	Gewürznelken
3 EL	Korianderfrüchte
1 TL	Kreuzkümmel
4	grüne Kardamomkapseln
1 TL	gemahlene Kurkuma
½ TL	gemahlene Macis/Muskatblüte

So geht's

1. Zimtstangen in Stücke brechen, Lorbeerblätter grob zerreißen.
2. Beides zusammen mit Pfeffer, Gewürznelken, Koriander, Kreuzkümmel und Kardamomkapseln in einer Pfanne ohne Fett vorsichtig anrösten.
3. Abkühlen lassen, dann in einem Mixer fein mahlen oder im Mörser zu Pulver zerstoßen.
4. Zuletzt Kurkuma- und Macispulver untermischen. In einem luft- und lichtdichten Behälter aufbewahrt, hält sich diese Curry-Basismischung 3–4 Monate.

SCHARFES CURRYPULVER

Zur Basismischung zwei getrocknete Chilischoten, zum Beispiel Jalapeño-Chili, dazugeben und mit fein vermahlen. **Nicht mit anrösten!**

EXOTISCHES CURRYPULVER

Eine fernöstliche Note bringen zur Basismischung Ingwerpulver, getrocknete Kokosflocken und zerstoßene getrocknete Bananenscheiben. Diese Zutaten zum Schluss, nach dem Anrösten, noch dazugeben.

Mein Gewürz-Tipp

Durch das kurze, schonende Anrösten entfalten sich die ätherischen Öle besonders gut. Für ein feineres Aroma die Gewürze erst nach dem Abkühlen mahlen.

Viel Freude beim Mischen, Würzen & Genießen!

Ihre Dr. Manuela Mahn

GEWÜRZAKADEMIE

Dr. Manuela Mahn
www.gewürzakademie.de
info@gewuerzakademie.de

Folgen Sie mir auf Social Media
linkedin.com/in/dr-manuela-mahn
instagram.com/die_gastrosophin
facebook.com/manuela.mahn.545

MEHR GEWÜRZWISSEN & REZEPTE

Dieses und viele weitere Rezepte und spannendes Gewürzwissen finden Sie in meinem Buch „144 Gewürze – Das große Buch der Gewürze".

www.verlagshaus24.com/das_grosse_buch_der_gewuerze-434_61896/