



Xenia kocht

Fragen, Ideen, Anregungen? -> xenia@bluepingu.de

Weitere Rezepte: <http://www.stadtgarten-nuernberg.de/blog/>

Thai Curry Paste

Ich liebe asiatisches Essen. Eigentlich jeder Nation. Wobei meine Favoriten eindeutig Indien und Thailand sind. Bei uns zu Hause wird also viel indisch und Thai gekocht. Fast jeder kennt ja die leckeren, duftenden Thai-Currys: Gemüse in aromatischen Kokossoßen. Die einfachste Grundunterscheidung ist dabei nach grünem, roten und gelben Curry. Von diesen drei ist die grüne Curry Variante die am wenigsten scharfe.

In den Supermärkten findet man dazu die passenden Curry-Pasten. Theoretisch ist das Thai Kochen also ganz einfach: Gemüse schnippeln, Kokosmilch dazu, Löffelchen Currypaste dazu – fertig.

Leider enthalten fast alle authentischen Thai-Curry-Pasten Trassi (Garnelenpulver) oder auch Fischsoße. Das ist original und gut – aber eben nicht vegan.

Also mache ich seit Jahren meine Curry-Pasten selbst. Das ist einfacher als ihr vielleicht denkt. Und der Trick ist auch wieder mal: mach dir einmal die Arbeit, mach gleich viel und auf Vorrat. Die frisch gemachte Currypaste lässt sich prima im Eiswürfelbehälter portionsweise einfrieren. Sobald sie fest ist, poppe ich sie in einen TK Beutel. Und wenn ich Thai koche muss ich eigentlich nur eines der TK Würfelchen in die Kokosmilch werfen und schon duftet es verführerisch.



Auch wenn die Zutaten exotisch klingen: es gibt sie heute in vielen ganz normalen Supermärkten und in jedem gut sortierten Asia-Markt. Vieles brauche ich komplett auf (da ich ja immer eine große Menge mache) – aber einige Sachen gibt es nur in großen Paketen und man braucht nur wenig. Macht ja nikks. Die Tiefkühltruhe ist da mein Freund.

Thai-Curry-Paste könnt ihr auch genauso wie frisches Pesto in Schraubdeckelgläser abfüllen und mit Öl bedecken. So hält es sich auch eine Weile und ist auch ein ungewöhnliches und schönes Geschenk!

Am liebsten friere ich die Paste aber ein. Mittlerweile habe ich extra kleine Gefrierdöschen gekauft und portioniere so vor.

Schlau ist es, gleich alle drei Pasten auf einmal zu machen. Für das grüne Curry braucht man die Blätter des Koriander, für die anderen z.B. die Wurzeln. Also mache ich gleich immer alle drei Pasten. Koriander mit Wurzeln dran verkauft jeder gute Asia Laden! Ebenfalls schlau ist es, gleich eine Menge zu machen. Die hier angegebenen Zutaten sind für ca. 1 – 2 Mal kochen. Wenn ich sowieso schon damit anfangen, mache ich eben gleich die dreifache Menge. Von drei verschiedenen Pasten ergibt das gut 18 Mal Thai Curry. Das ist so unser Halb-Jahres-Vorrat. -)





Xenia kocht

Fragen, Ideen, Anregungen? -> xenia@bluepingu.de

Weitere Rezepte: <http://www.stadtgarten-nuernberg.de/blog/>

Ich bin ja ein großer Freund des „von Hand Hackens“ – allerdings mache ich die Thai Curry Pasten lieber mit der Küchenmaschine. Da einige sehr hart-holzige Zutaten darin verarbeitet werden (Zitronengras, Kaffir Blätter...), werden die Pasten einfach feiner, wenn sie von einem leistungsstarken Mixer püriert werden. Lieber mit kurzen Intervall-Pürier-Schüben arbeiten. Einige Geräte werden heiß, wenn sie länger laufen. Das kann den Geschmack deiner Pasten negativ beeinflussen!

Am besten immer mit den harten und holzigen Zutaten anfangen und mit etwas Öl schonmal vor-pürieren – und dann alle weicheren Zutaten dazu. Bei Kochkurs haben wir aber auch bewiesen, dass man die Pasten ganz von Hand und ohne Strom herstellen kann – es ist nur eine mühsame Arbeit.

Das Schöne am selber-machen ist ja auch, dass ihr mit dem Geschmack spielen könnt. Probiert es einfach aus. Wer es schärfer mag, nimmt wirklich scharfe Chilis, wer es milder mag, nimmt die eher mild-scharfen Peperonies. Wer es zitroniger will, nimmt mehr Kaffir Blätter und Limettenschale – oder eben weniger, wenn man es mehr in die Koriander-Richtung will. Ich weiss, am frischen Koriander scheiden sich die Geister. Aber in die Thai Curries muss er rein. Und durch die vielen anderen Gewürzen schmeckt es nicht so, wie wenn man ihn pur verwendet. Also nut Mut. Immer die Stengel mit verwenden – sie enthalten viel Geschmackspower. Je nachdem, wie ihr die Zutaten variiert, bekommt ihr unterschiedliche Farb-intensität in den Currie-Pasten.



xenia's
vegan
punk 
food



Xenia kocht

Fragen, Ideen, Anregungen? -> xenia@bluepingu.de

Weitere Rezepte: <http://www.stadtgarten-nuernberg.de/blog/>

Grüne Thai Curry Paste

Zutaten

15 grüne Chilischoten
4 Knoblauchzehen
2 Stengel Zitronengras
2 Kafir-Limetten-Blätter
Die grünen Enden von 2 Bund Frühlingszwiebeln
1 Bund Koriander (mit Stielen)
2 TL Koriandersamen, geröstet und zerstoßen
1 TL schwarzer Pfeffer, geröstet und zerstoßen
Schale und Saft von einer Limette
1 Stück Ingwer (mind. 2 cm)
Optional: 1 Stück Galgant (mind. 2 cm)
Salz
Öl

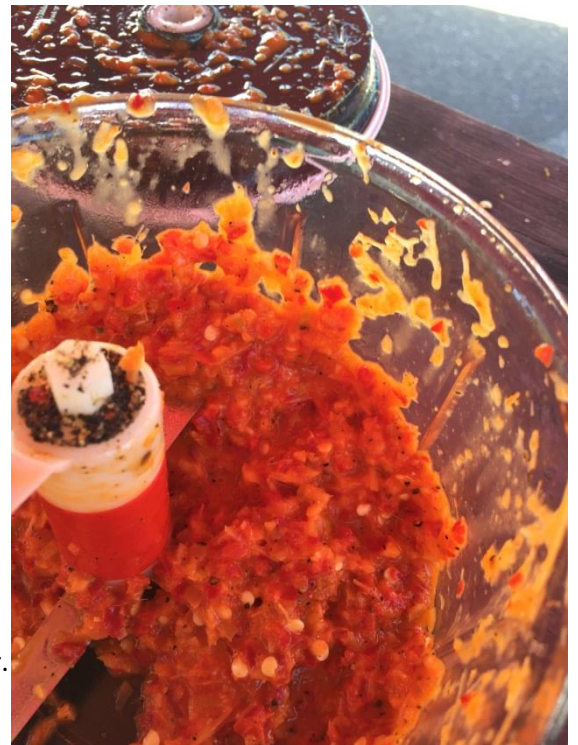


1. Alles sehr fein hacken. Vor allem die holzigen Zutaten wie Kafir-Blätter, Zitronengras, Ingwer und Galgant. Am besten geht das tatsächlich in einem sehr starken Mixer. Das Ziel ist eine feine, gleichmäßige Masse.
2. Abfüllen. Fertig.

Rote Thai Curry Paste

Zutaten

6 rote Chili Schoten
1 Stengel Zitronengras
Wurzeln von einem Bund Koriander
Köpfe (weisse Enden) von einem Bund Frühlingszwiebeln
3 Knoblauchzehen
1 Stück Ingwer (ca 1,5 cm)
2 TL Korinandersamen, geröstet und gemahlen
1 TL weisser Pfeffer, geröstet und gemahlen
Schale von einer Zitrone
Salz
Öl



1. Alles sehr fein hacken. Vor allem die holzigen Zutaten wie Zitronengras, Ingwer und die Wurzeln des Koriander. Am besten geht das tatsächlich in einem sehr starken Mixer. Das Ziel ist eine feine, gleichmäßige Masse.
2. Abfüllen. Fertig.





Xenia kocht

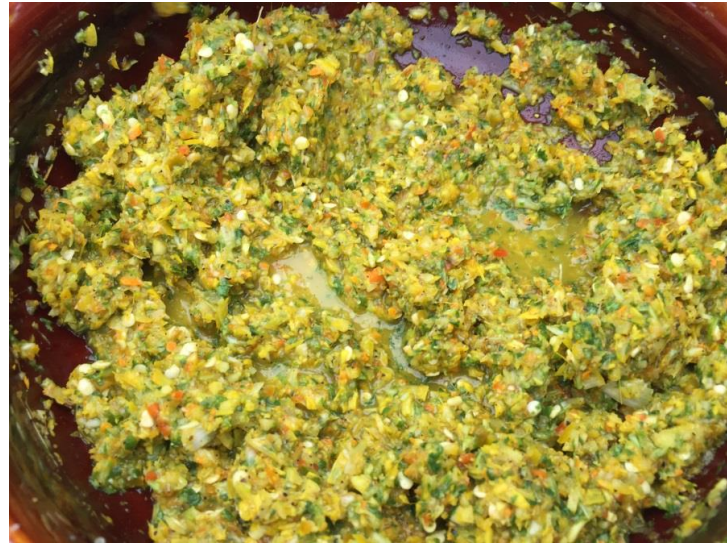
Fragen, Ideen, Anregungen? -> xenia@bluepingu.de

Weitere Rezepte: <http://www.stadtgarten-nuernberg.de/blog/>

Gelbe Thai Curry Paste

Zutaten

8 Chili Schoten, vorzugsweise gelbe
1 TL Koriandersaat, geröstet und gemahlen
½ TL Fenchelsaat, geröstet und gemahlen
½ TL schwarzer Pfeffer, geröstet und gemahlen
1 Stengel Zitronengras
Köpfe (weiße Enden) von einem Bund
Frühlingszwiebeln
1 Stück Ingwer (ca. 1,5 cm)
1 Stück Kurkumawurzel (ca. 1 cm)
4 Zehen Knoblauch
½ Bund Koriandergrün
Schale und Saft einer Limette oder Zitrone
Salz
Öl



1. Alles sehr fein hacken. Vor allem die holzigen Zutaten wie Zitronengras, Ingwer und Kurkuma. Am besten geht das tatsächlich in einem sehr starken Mixer. Das Ziel ist eine feine, gleichmäßige Masse.
2. Abfüllen. Fertig.



Rotes Gemüsecurry mit Tofu

Pilze und Frühlingszwiebeln als Topping.

