

# Curry-Rüebli mit Lamm



## Zubereitung Für 4 Personen

1. Die Rüebli schälen und der Länge nach in kleinfingergrosse Stängelchen schneiden. Die Zwiebel schälen und fein hacken. Den Ingwer schälen und reiben oder klein schneiden und dann fein hacken. Die Chilischote der Länge nach halbieren, entkernen und ebenfalls hacken.
2. In einer trockenen Pfanne ohne Fettzugabe die Cashewkerne rösten. Herausnehmen und grob hacken.
3. Den Backofen auf 70 Grad vorheizen und eine Platte mitwärmen.
4. Die Lammfilets in dünne Scheiben schneiden und diese je nach Grösse halbieren oder dritteln.

## Zutaten

- 800 g Rüebli
- 1 Stück Zwiebel, mittel
- 2 cm Ingwer, frisch
- 1 Stück Chilischote, rot
- 50 g Cashewnüsse
- 500 g Lammrückenfilets
- 1 Esslöffel Bratbutter, gehäuft
- Salz, schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- 1 Esslöffel Butter
- 1 Esslöffel Currypulver
- 2.5 dl Kokosmilch, Tetrapak oder Dose
- 0.5 Bund Petersilie, oder frischer Koriander

5. In einem Wok oder in einer Bratpfanne die Bratbutter erhitzen. Die Lammscheiben mit Salz und Pfeffer würzen und in 2-3 Portionen jeweils nur gerade 1½ Minuten anbraten. Sofort in die vorgewärmte Platte geben und im 70 Grad heissen Ofen 20 Minuten nachgaren lassen.
6. Die Butter zum Bratensatz geben und die Zwiebel, den Ingwer und die Chilischote andünsten. Die Rüebli beifügen, mit Salz und Pfeffer würzen, das Currypulver darüber stäuben und unter häufigem Wenden kurz mitdünsten. Dann die Kokosmilch dazugiessen und alles weitere 10-15 Minuten garen, bis die Rüebli weich sind.
7. Petersilie oder Koriander fein hacken. Am Ende der Garzeit mit den Lammscheiben und den Cashewnüssen sorgfältig untermischen. Mit Salz, Pfeffer und wenn nötig Curry abschmecken.