Bananen-Curry
Kele ki Curry

Bananen-Curry, oder Kele ki Curry, ist ein einzigartiges und köstliches Gericht aus der indischen Küche. Es kombiniert die natürliche Süße der Bananen mit einer würzigen und cremigen Currysauce. Die Bananen werden oft mit Gewürzen wie Kardamom, Madras Currypulver, Kurkuma und Garam Masala gekocht, was dem Gericht eine tiefe und komplexe Geschmacksnote verleiht.

Herkunft: Indien
Kategorie: Hauptspeisen, Gemüsegerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 20 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
3 EL Butterschmalz
6 Banane(n) in Achtel geteilt
2 Zwiebel(n)
100 ml Wasser
Für die Gewürzpaste
4 Zehen(n) Knoblauch
1 TL Salz
½ TL Madras Curry
4 Kardamom, grün
½ TL Kurkuma
Für die Joghurtsauce
100 g Joghurt
2 TL Zitronensaft
2 TL Garam Masala

Vorbereitung
Den Knoblauch und die Zwiebeln schälen und hacken. Die Zutaten für die Gewürzpaste zusammen in einem Mörser pürieren. Die Bananen in Achtel teilen.

Zubereitung
Das Butterschmalz erhitzen und die Zwiebeln darin goldbraun braten. Die Gewürzpaste dazugeben und 2 Minuten mitbraten. Die Bananen dazugeben und alles gut wenden. Etwas Wasser dazugeben, damit die Bananen genügend Flüssigkeit zum Schmoren haben. Einige Minuten schmoren lassen, bis die Bananen weich sind. Den Joghurt mit dem Zitronensaft und dem Garam Masala mischen und zu dem Bananen-Curry servieren.

© 2026 coquina.de