Schwein-Vindaloo

Vindaloo

Vindaloo ist ein Gericht, dass in den Gegenden Indiens, die damals unter portugisischer Herrschaft standen, häufig zubereitet wurde. Die charakteristische Würze des Vindaloo besteht aus dem scharfen Geschmack der Chilischoten, garam masala, Knoblauch und Essig. Der Name des Gerichts ist eine Persiflage der portugisischen Wörter vinagre (Essig) und alho (Knoblauch).Seine durchdringende Schärfe verdankt es den Chillies, die die Portugiesen zusammen mit dem Essig einführten, nachdem sie Goa 1510 erobert hatten. Goa blieb bis 1961 portugiesisch, bevor es wieder an Indien zurückging. Ein Erbe der portugiesischen Herrschaft ist die große christliche Bevölkerung, die im Gegensatz zu vielen Hindus oder Muslimen auch Schweinefleisch isst.

Herkunft: Indien
Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

Vorbereitungszeit: 30 Minuten
Zubereitungszeit: 45 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

15 Chilischote(n) rot, getrocknet
1 TL Kreuzkümmel
6 Gewürznelke(n)
1 Stange(n) Zimt
1 TL Pfeffer schwarz
1 Sternanis
1 TL Mohn
5 cm Ingwer
10 Zehen(n) Knoblauch
1 EL Tamarindenmark
700 g Schweinefleisch
75 ml Öl
3 Zwiebel(n)
1 Prise Salz
½ TL Palmzucker
15 Curryblätter
2 EL Apfelessig
500 ml Wasser



Schwein-Vindaloo

Vorbereitung

Das Fleisch waschen, abtupfen und in mundgerechte Würfel schneiden. Die Chilischoten in Wasser einweichen und danach fein hacken, nach Geschmack die Kerne entfernen (Achtung: Hände waschen nicht vergessen!). Den Knoblauch, Ingwer und die Zwiebeln schälen, fein hacken. Ingwer, Knoblauch, Tamarinde und Essig zusammen mit den Gewürzen in einem Mixer oder Mörser zu einer glatten Paste verarbeiten. Etwas von dieser Gewürzmischung unter das Fleisch mischen und 15 Minuten marinieren lassen.

© 2026 coquina.de

Zubereitung

In der Zwischenzeit das Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin 15 Minuten lang braun anschwitzen. Nun die restliche Gewürzmischung dazugeben und alles weitere 5 Minuten lang anschwitzen lassen. Mit etwas Wasser ablöschen wenn die Mischung zu trocken wird. Die Fleischwürfel portionsweise in den Topf geben. Darauf achten, dass die Temperatur im Topf sich nicht zu stark abkühlt, und alles 5 Minuten schmoren lassen. Nun 500 ml kochendes Wasser dazu gießen, das Salz hinzufügen und das Fleisch bei niedriger Temperatur gar köcheln. Den Palmzucker und die Curryblätter unterrühren und alles weitere 4 Minuten köcheln lassen. Heiß servieren. Der Essig und das Öl haben konservierende Wirkung. Das Gericht hält sich daher auch 2 Tage im Kühlschrank und eignet sich gut zum Aufwärmen oder Einfrieren.

© 2026 coquina.de