

Rezept

# Schweinefleisch-Vindaloo

Ein Rezept von Schweinefleisch-Vindaloo, am 14.07.2024

## Zutaten

- |  |  |
|--|--|
| <b>4</b> Knoblauchzehen  | <b>1 Stück</b> frischer Ingwer (etwa 3 cm) |
| 4-6 getrocknete Chilischoten   | <b>6</b> grüne Kardamomkapseln             |
| 1/2 TL schwarze Pfefferkörner  | <b>6</b> Nelken                            |
| <b>1 Stück</b> Zimtrinde (5-7 cm)  | <b>200 ml</b> Weißweinessig                |
| 1/2 TL Kurkumapulver   | 1/2 TL edelsüßes Paprikapulver             |
| Salz   | <b>1 EL</b> brauner Zucker                 |
| <b>800 g</b> Schweinefleisch (vom Hals oder fertig geschnittenes Gulaschfleisch) | <b>3</b> große Zwiebeln                    |
| <b>2 EL</b> Erdnussöl  | 2-3 grüne Chilischoten                     |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Zutaten für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 315 kcal

## Zubereitung

1. Knoblauch und Ingwer schälen und mit den getrockneten Chilischoten grob zerschneiden. Die Kardamomkapseln aufschlitzen und die Samen herauskratzen. Mit Pfefferkörnern, Nelken und der Zimtrinde im Mörser möglichst fein zerreiben. Alles mit 100 ml Essig mit dem Pürierstab oder in der Küchenmaschine möglichst fein pürieren. Dann mit dem Kurkuma- und Paprikapulver, etwa 1/2 TL Salz und dem Zucker verrühren.
2. Das Schweinefleisch in größere Würfel, wie für Gulasch, schneiden. Mit dem Püree in einer Schüssel gut mischen. Abdecken und 12 Stunden (am besten über Nacht) im Kühlschrank marinieren lassen.
3. Dann die Zwiebeln schälen, längs halbieren und anschließend in feine Streifen schneiden. Grüne Chilischoten waschen, entstielen und in feine Ringe schneiden.
4. Öl in einem Topf oder Bräter erhitzen und die Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze hellbraun anbraten. Dann das Fleisch samt Marinade in den Topf geben und unter Rühren gut 5 Minuten anbraten. Grüne Chilischoten, restlichen Essig und etwa 450 ml Wasser einrühren und mit Salz würzen. Topfdeckel auflegen und das Ganze etwa 45 Minuten bei kleiner Hitze köcheln lassen. Dann Deckel abnehmen und offen in weiteren 10-15 Minuten bei mittlerer bis großer Hitze einkochen lassen – die Sauce sollte eher sämig sein.