

Rezept

# Tamarinden-Dattel-Sauce

Ein Rezept von Tamarinden-Dattel-Sauce, am 26.04.2024

## Zutaten

<b>80 g</b> Tamarindenmark	<b>100 g</b> saftige Datteln (z. B. Medjool)
<b>¼ TL</b> Ingwerpulver	<b>¼ TL</b> gemahlener Kreuzkümmel
<b>¼ TL</b> Garam Masala	Salz

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 70 kcal, 1 g EW, 16 g KH

## Zubereitung

1. Das Tamarindenmark in kleine Stücke zupfen. Die Datteln entsteinen und klein würfeln. Beides mit 250 ml Wasser in einen Topf geben, aufkochen und ca. 10 Min. bei kleiner Hitze köcheln lassen. Dabei öfter umrühren.

---

2. Topfinhalt durch ein feines Sieb in eine Schüssel abgießen. Dabei mit einem Löffel möglichst viel der dickflüssigen Masse durch das Sieb streichen. Ingwerpulver, gemahlene Kreuzkümmel und Garam Masala hinzufügen und unterrühren.

---

3. Die Sauce mit Salz abschmecken und nach Bedarf noch mit etwas Wasser verdünnen, sie sollte leicht dickflüssig, aber nicht zu fest sein.