



Rotes Curry mit Blue Elephant

WÜRZIGE VIELFALT

Die asiatische Küche erfreut sich ungebrochener Beliebtheit. In der kälteren Jahreszeit machen Currys dem traditionellen Eintopf immer öfter Konkurrenz. Schier unzählige Zubereitungsmöglichkeiten erfreuen Gäste wie Köche gleichermaßen.

In unseren Breiten haben sich insbesondere indische und thailändische Currys durchgesetzt. Bei indischen Currys werden Fleisch, Fisch oder Gemüse mit Sauce und verschiedenen Gewürzmischungen kombiniert – die bekannteste ist sicherlich Garam Masala, eine Mischung aus schwarzem Kardamom, Zimt, Gewürznelken, schwarzem Pfeffer und Kreuzkümmel. Diese Gewürzkombination soll laut der ayurvedischen Heilkunde übrigens den Körper wärmen – insofern eine gute Wahl für kalte Wintertage. Eine indische Curry Gewürzmischung findet sich z.B. im Sortiment der neu lancierten „Red Line“ von Aromica: „Red & Fruity Curry“ gibt indischen Currys durch die Mischung von u.a. Chili, Koriander, Bockshornklee sowie Hibiskus, Ananas und Erdbeeren einen fruchtigen Touch.

THAI. Thai-Currys präsentieren sich in den Ampelfarben rot, gelb und grün – die charakteristische Farbe kommt von den verwendeten

Das Geheimnis eines perfekten Thai Currys ist die perfekte Harmonie zwischen sauer, salzig, scharf, würzig und süß.

Stefanie Thaler, Winkelbauer

Currypasten bzw. den in der Paste verarbeiteten Chilischoten. Sehr typisch für thailändische Currys ist selbstverständlich Kokosmilch

(in der die Currypaste gekocht wird) sowie Zitronenblätter und -gras, um dem Curry ein Maß an Frische zu verleihen. Ein bekannter Vertreter der Thai-Currys ist das Massaman-Curry, in dem Kartoffeln und geröstete Erdnüsse nicht fehlen dürfen. Auch die trendige Süßkartoffel eignet sich hervorragend für Currys. Durch ihre natürliche Süße bringt sie ein mildes Gegengewicht in scharfe Currys oder unterstützt die Cremigkeit von Kokoscurrys. Praktisch sind die „Premium Sweet Potato Chunks“ von Aviko, die bereits küchenfertig vorgegart und in kleine Stücke geschnitten sind.

KOKOS. Apropos Kokosmilch: Hier hat so ziemlich jeder seine eigenen Vorlieben, was Cremigkeit, Fettgehalt, Farbe oder Geschmack angeht. Tatsächlich gibt es bei Kokosmilch große Unterschiede, denn: „Die Kokosnuss ist ein Naturprodukt – ähnlich wie Wein. Abhängig von Region, Klima, Sorte oder Bodenbeschaffenheit schmecken die exotischen Steinfrüchte sehr unterschiedlich“, erklärt Stefanie Thaler von Winkelbauer. Unter der thailändischen Marke „Blue Elephant“ vertreibt Winkelbauer Kokosmilch und Currypasten aus regionalen, authentischen Zutaten.



UMAMI. Schon vor einigen Jahren hat „Blue Elephant“ die Rezeptur bei den Currypasten auf vegetarisch umgestellt. Die Herausforderung war, die darin enthaltenen Zutaten wie Fisch- oder Austernsauce bzw. Shrimpspaste adäquat zu ersetzen. „Diese Zutaten sorgen für viel natürliches Umami, das bei vegetarischen Rezepturen fehlt und nur mit viel Fingerspitzengefühl ersetzt werden kann“, sagt Thaler. Chef Nooor Somany Steppe, Gründerin der Marke „Blue Elephant“ und Leiterin des gleichnamigen Restaurants in Bangkok, verwendet alternativ schwarzen fermentierten Knoblauch, Thai Basilikumöl oder Muskatpulver.

VEGGIE. „Das Essverhalten hat sich generell verändert, die Menschen ernähren sich jetzt bewusster; die vegetarische und vegane Küche rückt immer mehr in den Fokus – das Curry, z.B. als Süßkartoffel- oder Kichererbsen-Curry ist hier ein fixer Bestandteil in der modernen Küche“, meint auch Dominik Mat-

Curry ist ein fixer Bestandteil in der modernen vegetarischen und veganen Küche.

Dominik Mattes, Kotányi

tes, Director Marketing & Innovation Kotányi. Übrigens: Gerade vegetarische und vegane Currys – insbesondere mit (Süß-)kartoffeln vertragen eine intensivere Würzung. Für die Erleichterung des Küchenalltags gibt es von Kotányi vorgemischte Curry Rezepturen wie das klassische „Curry-Powder“ in der 1kg-Packung oder auch das „Bio-Curry“.

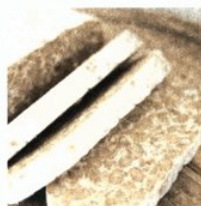
FRISCH. Ein wichtiger Bestandteil für Currys sind frische Kräuter. Diese sind nicht nur eine optische Bereicherung, sondern runden auch das Geschmacksprofil des Currys ab. Die jungen Triebe der Kichererbsenpflanze z.B. schmecken – wenig überraschend – nach Kichererbse und haben einen salzig-sauren

Nachgeschmack. Erhältlich sind sie unter dem Namen „Hummus Leaves“ im Sortiment von Koppert Cress. Auch die „Ghoa Cress“ mit ihrem frischen Zitrusaroma und dem milden Koriandergeschmack eignet sich bestens für Currys.

HEIMISCH. Ideal für die Zubereitung von vegetarischen oder veganen Currys sind Tofu oder Tempeh. „Tofu natur hat keinen bemerkenswerten Eigengeschmack, was ein großer Vorteil ist, denn so harmonisiert er mit allen Geschmacksrichtungen und besonders gut mit Currygewürzen“, erklärt Elisabeth Fischer, Obmann Stellvertreterin des [Ver-eins Soja aus Österreich](#). „Tempeh duftet angenehm nach Hefe und schmeckt wie eine würzige Mischung aus Pilzen und Nüssen“, führt sie weiter aus. Beides gibt es übrigens aus [österreichischem Soja](#). Tatsächlich werden in [Österreich](#) bereits seit 1875 [Sojabohnen](#) angebaut.

TOFU. Fertige Tofu-Produkte von [österreichischen](#) Produzenten gibt es z.B. von Evergreen („Gourmet Bio-Tofu Curry“), Manufaba („Tofu mit Curry“) oder vom Ackerthof („Mühlviertler Bohnenkas im Safterl“). Zur Verarbeitung von Tofu hat Elisabeth Fischer einen Tipp: „Sehr gut schmeckt beispielsweise Spinat in cremiger Currysauce, bestreut mit gebratenen Spicy Tofuwürfeln. Dafür wird der Tofu mit Knoblauch angebraten, mit Kreuzkümmel, Koriander, Muskat (oder einer Currymischung) und [Sojasoße](#) gewürzt und noch kurz gebraten.“

TRANSPARENT. Mit der Verwendung von Tofu aus heimischen, gentechnikfreien Bio-Sojabohnen kann ein Gastronom in der heutigen Zeit durchaus punkten. „Das Bedürfnis nach Transparenz steigt – die Gäste wollen wissen, woher die Lebensmittel auf ihren Tellern stammen und bevorzugen Produkte mit regionaler Herkunft“, sagt Fischer. Eine Speisekarte, die auch Gerichte mit [österreichischen Sojaprodukten](#) enthält, entspricht diesen Wünschen und ist somit eine gute Voraussetzung für eine langfristige Gästebindung. kp



STAY SPICED! CURRY

Tipps für ein perfektes Curry
von Lukas M. Walchhofer von Spiceworld.



Welche Gewürze dürfen in keinem Curry fehlen?

Ein wirklich gutes Curry sollte aus mehr als acht Zutaten bestehen, denn dann können alle Geschmackskomponenten abgedeckt werden. Natürlich lebt der klassische gelbe Curry – als Pulver – von Curcuma, der Gelbwurz. Neben dieser finden sich viele, regional unterschiedliche Zutaten in einem Currypulver von bester Güte. Je nachdem, wie viele und welche Zutaten hinzukommen, erhält man ein komplett anderes Geschmacksbild!

Inwiefern verändert die Beigabe von Kokosmilch die Anforderungen an die Würzung eines Currys?

Kokosmilch wird nicht überall für Currys verwendet, vor allem in der thailändischen Küche steht diese jedoch im Vordergrund. Wir müssen wissen, dass der hohe Fettanteil in der Kokosmilch den Geschmack fördert, aber wir durch die Süße etwas Säure zum Ausgleich benötigen.

→ Mehr als 25 verschiedene Currymischungen finden sich im Sortiment von Stay Spiced! – von süßlich und fruchtig über das klassische „Englisch Curry“ bis zum scharfen kräftigen „Thai Curry“. Auf Füllstoffe wird komplett verzichtet.



Ein „Geheimtipp“ von Lukas M. Walchhofer: das „HE Curry by Roland Trettl“ – Über 30 Gewürze, wie Kurkuma, Bockshornklee, Hibiskus, Kreuzkümmel, Ingwer, Fenchel oder Kardamom, enthält die Gewürzmischung, die perfekt für jede Art von Curry passt.