

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 02. Juli 2025  
**Vegetarische Küche mit Cornelia Poletto**



**Carsten Scholz**

**Sri-lankisches Linsen-Curry mit Kokos-Roti, Pol Sambol und Kaju Baduma**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für das Linsencurry:**

100 g rote Linsen  
 400 g geschälte Tomaten, aus der Dose  
 2 Knoblauchzehen  
 3 cm Ingwer  
 1 rote Chilischote  
 200 ml Kokosmilch  
 250 ml Gemüsefond  
 2 EL Sojasauce  
 1 Bund Koriander  
 Pflanzenöl, zum Braten  
 1 EL mildes Currysüppchen  
 1 TL Mango-Currysüppchen  
 Salz, aus der Mühle

Den Knoblauch abziehen, Chili von Kernen und Trennhäuten befreien, Ingwer schälen und alles fein hacken. Bei mittlerer Hitze in Öl anbraten. Currysüppchen hinzufügen und für ca. 20 Sekunden mitrösten. Aufpassen, dass es nicht verbrennt. Tomaten im Mixer fein mixen lassen und damit ablöschen. Linsen ggf. waschen, hinzugeben und im Sud garkochen. Sobald die Linsen die Flüssigkeit größtenteils aufgesaugt haben, heißen Fond nachgießen, bis die Linsen gar sind. Die Konsistenz des Currys ist dabei Geschmackssache. Kurz vor Schluss Kokosmilch hinzufügen. Koriander hacken und unterheben oder zum Schluss über das Curry streuen. Mit Sojasauce und Salz abschmecken.

**Für das Kokos-Roti:**

120 g Kokosraspeln  
 240 g Weizenmehl, Type 550  
 Salz, aus der Mühle

Kokosraspeln und Mehl mit einer Prise Salz mischen. Ca. 50-100 ml Wasser nach und nach hinzugeben bis die Zutaten sich zu einem nicht-klebenden Teig zusammenfügen. Im Kühlschrank 5-10 Minuten kühl stellen.

In ca. 8 gleichgroße Teiglinge teilen und zu Kugeln formen. Zu ca. 0,5-1 cm dicken Fladen ausrollen und bei mittlerer bis hoher Hitze in einer vorzugsweise gusseisernen Pfanne ohne Öl backen und servieren.

**Für das Pol Sambol:**

100 g Kokosraspeln  
 2 Schalotten  
 ½ Limette, Saft  
 Chiliflocken, zum Würzen  
 1 Prise Zucker  
 Salz, aus der Mühle

Chili, Kokos und Zucker in einem Mörser zerstoßen bis sich die Zutaten gut verbunden haben. Schalotten abziehen, grob hacken, hinzugeben und mit restlichen Zutaten zerstoßen. Mit Limettensaft mischen und mit Salz abschmecken.

**Für das Kaju Baduma:**

1 große Zwiebel  
250 g Cashewkerne  
5 Curryblätter  
1 TL Chiliflocken  
1 Msp. Kurkumapulver  
Pflanzenöl, zum Braten  
Salz, aus der Mühle

Öl in einer Pfanne erhitzen. Curryblätter hinzufügen, damit das Öl den Geschmack annimmt. Zwiebel abziehen, feine Scheiben schneiden, hinzufügen und bei mittlerer Hitze anbraten. Sobald die Zwiebeln eine leicht goldene Farbe annehmen, Chiliflocken und Kurkumapulver hinzufügen und mit Salz würzen. Cashewnüsse hinzufügen und mit den Zwiebeln vermengen. Die Hitze reduzieren und die Zwiebeln und Cashewnüsse weitere 3-5 Minuten braten. Nochmals mit den Gewürzen und Salz abschmecken und zum Curry reichen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.