

Koriander-Crepes mit Rote-Linsen-Tomaten-Dahl

Für den indischen Tatsch (Original: touch!!) in Küche und Gaumen – einfach ein Hochgenuss

Untypischerweise mal mit genaueren Mengenangaben – für 4 Portionen. Das heißt wenn man knausrig ist darf man bis zu 8 Personen dazu einladen und diese wieder hungrig vom Tisch schicken.

Als Genießer darf man alles alleine essen. Zum neidisch machen eignen sich tatsächlich 4 Personen.

Auf geht's:

Nachdem die Crepes-Zubereitung (hierzulande auch Pfannkuchen genannt) etwas platz- und zeitaufwendig ist (ausser man/frau hat 16 Herplatten, jede mit einer Pfanne bestückt) machen wir diese zuerst. Und, sobald fertig, werden sie im Backofen bei ca. 100 Grad (Celsius – für die englischen Fans: 212°F) zwischengelagert.

Also nehmen wir 300gr (nullkommadrei Kilogramm) 630er Dinkelmehl und platzieren dies in einer ausreichend großen Schüssel. Dazu mischen wir einen gestrichenen Teelöffel Backpulver, Salz in gaumenzumutbarer Menge (2 TL in etwa) und ein Teelöffelchen Zucker. Ist alles in der (ausreichend großen) Schüssel kommt das flüssige Bindemittel in Form von bubberbläschenangereichertem Hazweio in einer Menge von 700 ml (Milliliter, entspricht 0,7kg oder 700 Gramm) dazu. Die Blubberbläschen sollten tunlichst schon davor im H₂O (=Wasser) drinnen sein. Es sei sehr mühsam die einzeln reinzustopfen. Am besten nimmt man dazu Mineralwasser (mit Kohlensäure angereichert).

Alsdann startet man den Mixer, neuhochdeutsch auch Handrührgerät genannt, und verquirlt alles zusammen zu einem glatten, dünnen Teig.

Hat man/frau fertig, kommen in den Teig nun ein Bund feinst!!!!!!!geschnittener Koriander dazu (heben uns aber falls frisch geschnitten ein Löffelchen davon für später auf). Falls jemandem dass zu mühsam oder einfach nicht aufzutreiben ist, darf man sich mit 2 großen Esslöffeln getrockneten Koriandergrüns behelfen – wirft zielsicher alles in den Teig und verrührt nochmals alles. Punkt. Fertig. Der arme Teig darf/sollte/muss nun mindestens 15 Minuten ausruhen.

Während der Teig nun ruht kann man allerlei Dinge machen, wie zum Beispiel selber rasten und ruhen, joggen gehen, Pippi machen, Zeitung lesen, oder weiter den Dahl vorbereiten. Der Einfachheit halber tun wir jetzt mal so als wären die 15 Minuten (wenn es 20 geworden sind ist der Teig auch nicht böse) vorbei. Wir nehmen ein Pfännchen, was heißt die Pfanne sollte nicht zuuuuuuuuuu groß sein, geben da mal etwas Öl (Sonnenblumen, Oliven, Raps, etc. was den Gaumen so erfreut – kein Motoröl!!!) rein, machen heiß und backen dann die Pfannkuchen, sorry – Crepes, raus. Stück für Stück. Akrobatisch-artistische Fladenwendemanöver ala hochwerfen und in der Pfanne wieder fangen sind hier den Geschicken des Zubereiters überlassen; bereiten etwaigen Zuschauern, sofern sie nicht getroffen werden, aber sicherlich große Freude. (Sollte ein Crepe mal zu Boden gehen, nur dann zurück in die Pfanne geben wenn er 1. unbeschädigt ist, und 2. es niemand sieht).

So in etwa machen wir nun alle Crepes der Reihe nach und halten sie wie schon erwähnt im Ofen warm.

Zum Dahl: Hier sind Paradeiser (für unsere Wiener Fans ;)), sprich Tomaten angesagt – und natürlich rote Linsen. Braune Linsen eignen sich da nicht so weil die viel länger garen müssen (und irgendwie nicht so appetitlich aussehen). Am besten machen wir hier eine akribische Arbeitsvorbereitung: Wir wiegen 250gr (entspricht einem viertel Kilogramm) der Linsen ab, und stellen die beiseite. Wir schnappen uns 400gr (entspricht 0,4kg) Tomaten - kleine, dicke, dünne, runde, ovale – alles ist erlaubt, rot sollten sie sein; und formen mittels eines scharfen

Messers Würfelchen mit einer Kantenlänge von 1 cm daraus (1cm³ pro Stück).

In eine Kaffeetasse geben wir schon mal die nötigen Gewürze: also keinen Kaffee rein, weder in flüssiger noch fester Form. Dafür: 1 TL (Teelöffel) gemahlener Koriander, 1 TL Kurkuma, eine halben TL Zimt, 2 TL Pfeffer. Alles rein in die Tasse, und vermengen.

Und nu geht die körperliche Arbeit weiter: 2 Knoblauchzehen (für Knoffelfans auch mehr) schälen und klein hacken – dabei auf die Größe des Beils achten und gut zielen. Ein Stück Ingwer in der Größe von eineinhalb Walnüssen – oder man nimmt ein Stück dass so groß ist wie 3 Walnüsse und nimmt dann die Hälfte – wird geschält und ebenfalls kleinstgehackt.

Auch hier gilt das selbige wie beim Knobel.

In einen ausreichend großen Topf heizen wir dann mal so richtig 2-3 Esslöffel gutes Öl (pflanzlich, nicht motorisch) an und rösten dann Knoblauch und Ingwer. Haben es die beiden fein heiß und schwitzen, geben wir die vorbereitete Gewürzmischung hinzu – lassen nochmals alles schweißtreibend im Topfe treiben, geben die Linsen und etwa zwei Drittel der gewürfelten Tomaten dazu und löschen dann alles mit ca. 600ml (siehe oben beim Blubberzeugs) Gemüsebrühe ab.

Nun haben wir uns eine Pause verdient und lassen das im Topfe mal so ca. 15 min köcheln.

Nach dieser verdienter Rast (wer joggen war – selber Schuld) platzieren wir den Rest der Tomatenwürfel im Dhal, würzen mit Salz und eventuell Pfeffer der eigenen

Geschmacksknospenverträglichkeit nach, geben den aufdieSeitegestelltemfrischenKoriander oder einen Esslöffel getrockneten grünen K. (Koriander) noch dazu und rühren ein letztes Mal kräftig um.

Die Crepes (Pfannkuchen) dürfen nun direkt vom Ofen auf den Teller, dazu den Dhal servieren – fertig. Mahlzeit!!!

Die Verwendung des Rezepts ist ausschließlich zum persönlichen Gebrauch gestattet. Jede Vervielfältigung und Weitergabe, in welcher Form auch immer, ist untersagt und bedarf der ausdrücklichen schriftlichen Erlaubnis meinerseits. Jede kommerzielle Anwendung der hier veröffentlichten Rezepte ist strikt untersagt und bedarf gleichfalls der ausdrücklichen schriftlichen Erlaubnis meinerseits. Das Copyright liegt bei Marco Lombardi.