



Paratha

Paratha ist sicherlich eines der bekanntesten Frühstücksgerichte aus Indien. Auch international kennt man es bereits. Traditionell wird Paratha mit Ghee hergestellt. Mittlerweile gibt es sehr viele Varianten, wie Paratha gegessen werden kann. Das Fladenbrot kann entweder mit oder ohne Füllung gegessen werden. Wer sich für eine Füllung entscheidet, hat dann die Wahl zwischen einer herben, wobei es hier auch unterschiedliche Rezepte für vegetarische Füllungen und welche mit Fleisch gibt, oder einer süßen. Bei diesem Vorschlag hier, wird Butter als zusätzliche Beilage empfohlen.

Zutaten

- 500g Mehl (am besten Typ 1050)
- 100g Butter
- 1 TL Kreuzkümmel
- frischer Koriander
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Butter im Topf bei milder Hitze verflüssigen.
2. Mehl sieben, mit gemahlenem Kreuzkümmel mischen und mit Wasser und 3/4 der flüssigen Butter zu einem festen, geschmeidigen Teig verkneten.
3. Koriander, Salz und frisch gemahlene Pfeffer unterkneten, Teig abschmecken.
4. Tischtennisball große Teigstücke so dünn wie möglich ausrollen. Einmal quer und einmal längs zusammenlegen, flüssiger Butter "festkleben".
5. Pfanne (am besten aus Gußeisen) heiß werden lassen und die Teigfladen darin jeweils von beiden Seiten etwa 3 Minuten backen, warmstellen.

Guten Appetit!



Aktuelle Mittagskarte vom 11.02. - 15.02.2019

Täglich auch zum Mitnehmen

11.02.2019

Rigatoni mit Tomaten, Sahne, Basilikum
und Grillgemüse, Parmesan und Rucola
bunter Salat, Dessert

€ 6,90



12.02.2019

Gebackenes Schäufelchen mit Röstzwiebeln
an Rahmsauerkraut
und frischem Kartoffelpüree

€ 6,90



13.02.2019

Gebratenes Zitronenhähnchen in Joghurt
Zitronengras-Ei Marinade
auf Thai-Gemüse mit Kokosmilch
Basmatireis, Frühlingsröllchen

€ 6,90



14.02.2019

In Butterschmalz gebackenes Schnitzel „Wiener Art“
wahlweise mit einer Champignon-Rahmsauce, Zigeunersauce
Pommes frites, großes Salatbuffet

€ 7,90



15.02.2019

Leckere Kartoffelsuppe mit Wiener Würstchen
und franz. Baguette, Grießflammerie
mit karamellisierten Kirschen

€ 6,90