Bobotie



Bobotie ist ein Hackfleischgericht aus Südafrika, das ursprünglich von den Zuwanderern aus Malaysia stammt. Das gewürzte Hackfleisch wird mit einer Milchkruste überbacken und dann auf Safranreis serviert. Wie bei einem Curry ißt man dazu meistens ein Chutney.

Das Gericht ist seit dem 17. Jahrhundert in der Gegend um das Kap der Guten Hoffnung bekannt und stammt ursprünglich aus Niederländisch-Indien, wobei sich auch der Name aus dem indonesischen bobotok ableiten lässt.

Zutaten: (für 4 Personen)
500 g Rinderhackfleisch
1 St Brötchen
2 St Zwiebeln
4 St Knoblauchzehen
3 St Eier
50 g Rosinen
2 EL Mango-Chutney
50 g Mandelblättchen
125 ml Milch
2 St Bananen
1 EL Zitronensaft
etwas Muskatnuss
3 TL Currypulver
etwas Schwarzer Pfeffer
etwas Salz

Zubereitung:

Das Brötchen in Wasser einweichen und gut ausdrücken.

Das Brötchen, feingehackte Zwiebeln und Knoblauch, Rosinen, Mango-Chutney, Mandelblättchen und ein Ei zum Fleisch geben und gut vermischen. Mit Salz, Pfeffer, 2 TL Currypulver und dem Zitronensaft würzen.

Fleischmasse in eine gefettete Auflaufform füllen, glatt streichen und bei 220 Grad im vorgeheizten Ofen 20 Minuten backen. Währenddessen Milch und die restlichen zwei Eier vermischen und mit Salz, Muskat und Curry würzen.

Geschälte Bananen in Scheiben schneiden und auf dem Auflauf verteilen. Die Eiersauce darüber geben und noch einmal 15-20 Minuten backen.

Historie und Notizen:

Süd-Afrika

From:
https://ddws.de/ - **d.d.w.s. Ihr Essen und Mehr**

Permanent link:
https://ddws.de/sued-afrikanisches_vom_feuer:bobotie?rev=1438610648

Last update: **25.03.2022 18:16**