

Indische Küche - 23 raffinierte Rezepte



Indische Küche
23 raffinierte Rezepte

Hast du Lust auf eine Reise in ein weit entferntes Land? Dann kommt mit. Unsere Foodblogger nehmen dich an die Hand und zeigen dir ihre 23 Lieblingsrezepte aus Indien. Das Land ist bekannt für den Taj Mahal, seine farbenfroh gekleideten Menschen, aber vor allem für seine Currys. Die indische Küche hat jedoch noch viel mehr zu bieten als die sämigen Saucen, die mit vielen aromatischen Gewürzen zubereitet werden. Bekannt sind auch Brote wie Naan und Chapati, die oft als Beilage serviert werden, Biryani - eine Reispfanne, in verschiedensten Ausführungen, Dal - ein Linsengericht, das gerne mit Reis gereicht wird oder Palak Paneer - indischer Käse in Spinat-Tomaten-Sauce. Die Vielfalt Indiens spiegelt sich in seinen Gerichten wieder, die von Nord bis Süd nicht unterschiedlicher sein könnten. Lass dich inspirieren und starte eine Gourmetreise in deiner

eigenen Küche.

Kartoffel-Bärlauch-Paratha und Gurkensalat mit Kräuter-Nuss-Gremolata

Fusionsküche - die Küche der Zukunft. Das haben sich auch Sabrina und Steffen gedacht, als sie in der Küche standen und mal wieder etwas Indisches kochen wollten. Herausgekommen ist Paratha - indisches Fladenbrot, gefüllt mit Kartoffeln und Bärlauch. Dazu ein frischer Gurkensalat mit Joghurtdressing. [Zum Rezept](#)



Kartoffel-Bärlauch-Paratha und Gurkensalat mit Kräuter-Nuss-Gremolata © Sabrina Kiefer & Steffen Jost | Feed me up before you go-go

Indische Küche - 23 raffinierte Rezepte

Aloo Tikki - indische Kartoffelpuffer

Auch in Indien werden Kartoffelpuffer zelebriert, jedoch ein bisschen anders als bei uns. Es kommt nämlich eine dicke Ladung an Gewürzen hinein wie Kreuzkümmel, Ingwer, Chili und mindestens noch fünf weitere. Zum Dippen passt ein feurig-scharfes Mango- oder Tomatenchutney. [Zum Rezept](#)



Aloo Tikki - indische Kartoffelpuffer © Michaela Harfst | Transglobal Pan Party

Dal Makhani mit Linsen, Bohnen und Tomaten

Die indische Küche ist vorwiegend vegetarisch geprägt und es wird viel mit diversen Hülsenfrüchten gekocht. Jessica zeigt dir ein Dal mit Linsen, zweierlei Bohnen und frischen Tomaten. Natürlich sind auch eine Menge Gewürze dabei, die während des Kochens ihr volles Aroma entfalten. [Zum Rezept](#)



Dal Makhani mit Linsen, Bohnen und Tomaten © Jessica Diesing | Berliner Küche

Blumenkohl Curry mit Mango

Jetzt wird's fruchtig. Tina und Stefan pimpen ihr Blumenkohlcurry mit golden leuchtender Mango, die eine erfrischende Süße in das würzige Gericht bringt. Wenn du ein Fan von herzhaft-süß bist, dann solltest du dieses Rezept unbedingt testen. [Zum Rezept](#)

Indische Küche - 23 raffinierte Rezepte



Blumenkohl Curry mit Mango © Christina & Stefan Bumann | tinastausendschön

Indisches Dal mit Hühnerbrust Sous Vide

Ein traditionelles Gericht modern zubereitet. Während Linsen und Kartoffeln so vor sich hin köcheln, wird die Hähnchenbrust mit dem Sous Vide Stick auf den Punkt gegart. Mit etwas Garam Masala abschmecken und genießen. [Zum Rezept](#)



Indisches Dal mit Hühnerbrust Sous Vide © Jens Kleinschmidt | Gekleckert

Indische Curry-Suppe mit Maultaschen

Zugegeben, Maultaschen sind in einer Curry-Suppe eher selten zu finden, aber das ist ja das Tolle an den Currys: du kannst reinmachen, was du möchtest. Mit dem Zusatzschmankerl schmeckt's ganz fantastisch und kann mit in dein Rezeptheft aufgenommen werden. [Zum Rezept](#)

Indische Küche - 23 raffinierte Rezepte



Indische Curry-Suppe mit Maultaschen © Anne Klein | frisch verliebt

Kürbiscurry mit Birne und Kokosmilch

Weil Kürbis und Kokosmilch so wunderbar harmonieren, dürfen sie bei Stefanie zusammen in den Topf. Die knackig-frische Birne hopst noch hinterher, um mit ihrer leichten süß-säuerlichen Art der Schärfe des Ingwers entgegenzuwirken. [Zum Rezept](#)



Kürbiscurry mit Birne und Kokosmilch ©Stefanie Hiekmann | schmecktwohl

Curry mit Ofenkürbis und Schwarzaugenbohnen

Schwarzaugenbohnen kommen bei dir nicht so oft auf den Tisch? Das solltest du ändern, denn die kleinen Hülsenfrüchte liefern dir viel Energie. Du kannst sie einfach mit ins Curry geben, so wie Karin und Torsten es gemacht haben. Dazu passt Reis und geschmorter Ofenkürbis. [Zum Rezept](#)

Indische Küche - 23 raffinierte Rezepte



Curry mit Ofenkürbis und Schwarzaugenbohnen © Karin Klemmer | Wallygusto

Kichererbsen-Curry

Heute werden die Kichererbsen mal nicht zu cremigem Hummus püriert, sondern kommen mit Tomaten und Kokosmilch in den Kochtopf. Mit einer Prise aus dem Gewürzbeutel bekommt das Curry noch etwas Pfiff. Wem es zu scharf wird, der kann mit einer Portion Reis dagegen wirken. [Zum Rezept](#)



Kichererbsen-Curry © Hannah Frey | Projekt: Gesund leben

Gemüse-Curry

Gemüsegenießer kommen nicht zu kurz. Sandy hat ein Curry mit extra viel Gemüse kreiert. Süßkartoffeln, Brokkoli, Paprika und Zuckerschoten bilden den Hauptteil der Zutatenliste für dieses Meisterwerk. Leg schon mal den Löffel bereit, gleich kann geschlemmt werden. [Zum Rezept](#)

Indische Küche - 23 raffinierte Rezepte



Gemüse-Curry © Sandy Rojo Cerezo | Wie Wo Was Ist Gut

Kürbis-Linsen-Curry

Weil Kürbis einfach so gut in ein Curry passt, hat auch Catrin ein Rezept parat. Erbsen, Linsen und frischer Blattspinat kommen auch noch mit rein, damit es nicht nur gut schmeckt, sondern auch schön bunt aussieht. [Zum Rezept](#)



Kürbis-Linsen-Curry © Catrin Neumayer | Cooking Catrin

Shrikhand mit Orangenblütenhonig & wilder Mango

Daniela und Michael mögen's gerne süß, deshalb haben sie die passende Nachspeise zu deinem indischen Menü: Shrikhand. Es handelt sich dabei um ein indisches Joghurtdessert, das mit Honig, Kardamom und Safran verfeinert wird. Die beiden haben den Joghurt mit Orangenblütenhonig verrührt und mit wilder Mango getoppt. Sie hat einen besonders intensiven Geschmack und macht die Süßspeise richtig fruchtig. [Zum Rezept](#)



Shrikhand mit Orangenblütenhonig & wilder Mango © Daniela & Michael Becker | flowers on my plate

Koriander Chicken Curry

Er sieht der Petersilie zwar sehr ähnlich, schmeckt aber ganz anders. Die Rede ist vom Koriander. Während die einen ihn verschmähen, lieben die anderen das grüne Kraut. Julia ist auch ein Fan und rückt das Aroma des

Indische Küche - 23 raffinierte Rezepte

Grünstängels in den Vordergrund, in dem sie es püriert und in die Kokoscreme rührt. Mit knusprigen Hähnchenschenkeln und fluffigem Basmati Reis ist es definitiv ein Highlight auf dem Teller. [Zum Rezept](#)



Koriander Chicken Curry © Julia Weigl | Delicious Stories

Rote-Linsen-Suppe mit Kokosmilch und Tomaten

Natürlich, Omas Linsensuppe ist die Beste. Aber ganz ehrlich, die von Jennifer schmeckt mindestens genauso gut. Mit cremiger Kokosmilch und passierten Tomaten ist das Süppchen schnell zubereitet und ein perfektes Feierabendgericht. [Zum Rezept](#)



Rote-Linsen-Suppe mit Kokosmilch und Tomaten © Jennifer Stein | Tulpentag

Gefülltes Naan

Naan ist eine übliche Beilage zu Currys, um auch den letzten Tropfen von der sämigen Sauce aufzusaugen. Nadine hat ein Rezept mit einer würzigen Curry-Linse-Füllung, sodass das Naan selbst zur Hauptspeise wird und nicht mehr als Beilage liegen bleibt. [Zum Rezept](#)

Indische Küche - 23 raffinierte Rezepte



Gefülltes Naan © Nadine Acker | Möhreneck

Kartoffel-Samosas mit grünem Kräuter-Chutney, Gurken-Minz-Raita und Mango-Lassi

Maja meint es gut. Sie hat nicht nur eine schmackhafte Idee für knusprige Samosas, sie liefert auch noch Vorschläge für ein würziges Chutney und eine erfrischende Raita. Zur Krönung des grandiosen Snacks mit seinen Dips, kommt ein super cremig-fruchtiger Mango-Lassi dazu. Einfach Lecker. [Zum Rezept](#)



Kartoffel-Samosas mit grünem Kräuter-Chutney, Gurken-Minz-Raita und Mango-Lassi © Maja Nett | Moey's Kitchen

Kokos-Blumenkohl-Curry

Du hast nicht so viel Zeit und es muss schnell gehen mit dem Kochen? Kathrin kennt das und hat für dich ein würziges Kokos-Blumenkohl-Curry in Petto, das in 30 Minuten fertig ist - da bleibt mehr Zeit zum Genießen. [Zum Rezept](#)

Indische Küche - 23 raffinierte Rezepte



Kokos Blumenkohl Curry © Kathrin Salzwedel | Klaras Life

Rote Linsensuppe mit indischen Gewürzen

Noch ein Süppchen gefällig? Dieses würzige Exemplar steckt voller Aromen, sodass man Löffel für Löffel einfach immer mehr möchte. Mit einem Schwung der Gewürzmischung Garam Masala bekommt sie noch einen leicht indischen Touch. [Zum Rezept](#)



Rote Linsensuppe mit indischen Gewürzen © Corinna Frei | Schüsselglück

Chicken Curry Garam Masala

Zartes Hähnchen in einer super sämigen Sauce und einer Gewürzmischung, die es in sich hat. Die Zubereitung des Currys ist zwar etwas aufwendiger, aber für dieses kulinarische Highlight lohnt es sich allemal. Die Foodistas empfehlen dazu selbstgebackenes Naan Brot und Basmati Reis. [Zum Rezept](#)

Indische Küche - 23 raffinierte Rezepte



Chicken Curry Garam Masala © Foodistas

Mungbohndal

Die gute Mungbohne ist auch eine von den Hülsenfrüchten, die gerne in der indischen Küche verwendet werden. Hannah hat sich mit der ayurvedischen Kochkunst auseinandergesetzt und ein würziges Mungbohndal kreiert, das dem Körper zahlreiche Mineralstoffe liefert. [Zum Rezept](#)



Mungbohndal © Hannah-Lena Arnet | Schokoladenpfeffer

Blumenkohl Tikka Masala

Auch Pflanzenfreunde kommen auf ihren Genuss! Patricia zeigt dir, wie du ein aromatisches und veganes Curry mit mildem Blumenkohl zubereitest. Es muss gar nicht lange köcheln, dafür verbreitet sich der Duft in der ganzen Küche und vergrößert die Freude auf's Essen - lass es dir schmecken. [Zum Rezept](#)

Indische Küche - 23 raffinierte Rezepte



Blumenkohl Tikka Masala © Patricia Schillaci | Veganstars

Curry Reis mit Gemüse

Biryani gehört zu den traditionellen indischen Gerichten, das mit verschiedensten Gewürzen veredelt wird.

Manchmal hat man das ein oder andere Gewürz nicht im Schrank, aber das macht nichts. Elles Idee für Curry Reis ist etwas simpler, verliert jedoch nicht an Genuss. [Zum Rezept](#)



Curry Reis mit Gemüse © Elle Teuscher | Elle Republic

Fruchtiger Mango Lassi mit Kurkuma

Joghurt zum Trinken - das ist mal eine ganz ausgezeichnete Idee. Mit fruchtig süßer Mango und einer extra Prise Kurkuma ist der Joghurt drink nicht nur für zwischendurch geeignet, sondern auch als Dessert. [Zum Rezept](#)

Indische Küche - 23 raffinierte Rezepte



Fruchtiger Mango Lassi mit Kurkuma