

Spalterbsenfleisch

Choreschte Ghimeh



Die gelben Spalterbsen werden über Nacht eingeweicht.

Kurzbeschreibung:

*Soßfleisch mit gelben
Spalterbsen und knusprigen
Kartoffelstücken*

Beilage:

Weißer Reis

Zutaten für 6 Personen

1 kg Lamm- (Rind-) Fleisch
250 g gelbe Spalterbsen
3 getrocknete Limetten
1 EL Tomatenmark
2 Fleischtomaten
1 mittelgroße Zwiebel
4 speckige Kartoffeln
1 TL Kurkuma
1 Tasse (0,2 l) Öl
½ l Suppe (1 Suppenwürfel)
Salz, Pfeffer (Chili)

In einem beschichteten Topf wird die fein gehackte Zwiebel in ¼ Tasse Öl angeschwitzt, das klein geschnittene Fleisch (1,5 cm Stücke) dazugegeben, bei großer Hitze goldgelb angeröstet und mit einem ½ l Suppe (Suppenwürfel) aufgegossen.

Nun werden die geschälten, klein-würfelig geschnittenen Tomaten, die abgeseihten Spalterbsen und alle Gewürze (Tomatenmark, Kurkuma, Limetten, Salz, Pfeffer, Chili) zur Fleischsoße gemischt und die Sauce so lange auf kleiner Flamme gekocht bis das Fleisch und die gelben Spalterbsen gar sind (Lamm ¾ bis 1 Stunde; Rind 1 bis 1,5 Stunden).

In der Zwischenzeit schält man die Kartoffeln und schneidet sie in sehr feine (kleiner als Pommes frites) Stifte, die in ¾ Tassen heißem Öl knusprig-braun gebraten werden.

Vor dem Servieren streut man diese Kartoffelstifte auf die Fleischsauce.

Anmerkung für den Koch

Die Kartoffelstifte werden besonders knusprig, wenn sie vorerst halbfertig gebraten und vor dem Servieren nochmals in das heiße Fett gegeben werden. Statt der Kartoffelstifte werden auch scharf angebratene Melanzanischeiben oder- würfel auf die Sauce gegeben.

