

Chicken Kottu Roti aus Sri Lanka

(Rezept für 4 Personen)

2 Esslöffel Pflanzenöl
1 kleine Zwiebel
3 Knoblauchzehen gehackt
1 Stück daumengrosser Ingwer gehackt
3 Jalapeños klein geschnitten
200g Lauch in feine Ringe geschnitten
200g Karotten geraffelt
1/2 Kohl
300g Poulet Fleisch
3 Eier
geriebener Käse nach belieben
Salz und Pfeffer nach belieben
400g Godhambara Roti/Roti Canai oder Tortilla Wraps gehackt oder fein geschnitten
Frischer Koriander

CURRY SAUCE FÜR KOTTU ROTI

1-2 Esslöffel Sri Lankan Curry Powder
1/3 Tasse Hühnerbouillon
1/4 Teelöffel schwarzer Pfeffer
1/2 Teelöffel Cayenne Pfeffer (wer es schärfer mag)
1/2 Teelöffel gemahlener Zimt

ZUBEREITUNG

In einem grossen Wok oder in einer grossen beschichteten Pfanne das Öl erhitzen und anschliessend auf mittlere Hitze reduzieren. Zuerst die Zwiebeln darin anbraten bis sie glasig sind. Nun den Ingwer und den Knoblauch dazugeben, kurz anbraten aber nicht anbrennen lassen!

Nun kommt das gesamte Gemüse, ausser die Karotten, in den Wok oder die Pfanne, mit einer Prise Salz abschmecken und für ein paar Minuten unter Rühren anbraten. Wenn das Gemüse etwas weich geworden ist, dann gibt man das vorgekochte Poulet Fleisch, den Cayenne Pfeffer und die Curry Sauce dazu.

Jetzt kommen die Karotten in die Pfanne. Parallel dazu werden die Eier in einer separaten Pfanne zu einem Rührei verarbeitet und anschliessend mit dem Gemüse und dem Fleisch vermischt.

Für die Chicken and Cheese Kottu Roti Variante kommt nun der geriebene Käse dazu.

Zum Schluss werden die geschnittenen Tortilla Wraps oder das Roti mit dem Gemüse und dem Fleisch vermischt und unter ständigem Rühren für 5 Minuten gekocht. Warm servieren und zur Dekoration mit ein paar Korianderblätter bestreuen.

Tipp:

Die Samen der Jalapeños entfernen, das nimmt etwas die Schärfe. Die Anzahl Jalapeños kann auch reduziert werden, aber sollten auf keinen Fall ganz weggelassen werden, da die Jalapeños dem Gericht auch viel Geschmack verleihen. Das Poulet Fleisch kann auch ersetzt werden durch Rind oder Schweinefleisch oder man entscheidet sich für eine vegetarische Variante z.B. mit Tofu oder einem anderen Gemüse. Für die Chicken and Cheese Kottu Roti Variante haben wir mit Kiri-Weichkäse ein sehr gutes und cremiges Ergebnis erhalten.