

Inhalt

Ganz Indien auf einem Teller	10
Kochen mit allen Sinnen	12
Hot and spicy – the heat is on	13
Ein Land – viele Thalīs	14
Thali – immer passend	15

Brinner-thālī 18

Uttapam	22
Kichererbsenpfannkuchen Besan Cheela	24
Grünes Koriander-Chutney Pudina-Dhania-Chutney	28
Erdnuss-Chutney Palli Chutney	28
Zwiebel-Tomaten-Chutney Vengaya Chutney	29
Indischer Grießbrei Rava Upma	30
Indische Rühreier Anda Bhurji	30

Wohliges Winter-thālī 32

Rotes Kaschmir-Lamm-Curry Rogan Josh	36
Kidneybohnen-Curry Rajma Masala	38
Gebratener Kichererbsenkuchen Chatpate Pitor	38
Topinambur-Podimas	42
Steckrüben-Masala	42
Kartoffel-Blumenkohl-Curry Aloo Gobi	43
Bengalisches Mangold-Bhaja	44
Spinat mit Paneer Palak Paneer	44
Kichererbsen-Curry Chana Dal	46
Rote-Bete-Pachadi	50
Bunter Wintersalat	50
Gewürztee Masala Chai	51
Erdnusskrokant Chikki	51

Summertime-Barbecue-thālī	52
Frittierte Gemüsekräpfen Bhaji	58
Zitronenreis	59
Mango-Lassi	59
Grüne Hähnchen-Tikka-Spieße	
Haryali Chicken Tikka	60
Auberginenpüree Baignan Bharta	62
Gewokter Spargel mit Kokosnuss Poriyal	62
Möhrensalat mit Erdnüssen	66
Tomaten-Gurken-Salat Kachumber	66
Gurken-Raita Kheera ka raita	67
Tomaten-Raita Tamaatar ka raita	67
Goa-Beach-thālī	68
Schweinefleisch Vindaloo	72
Schwertfisch in scharfer Grießpanade Rava fish fry	76
Gebratene Tintenfische Lulas fritas	76
Garnelen-Curry Caril de Camarão	77
Süßes Mango-Chutney Chetnim doce de manga	78
Kokosreis Arroz con coco	78
Scharfe Auberginen Beringelas picantes	82
Kürbis mit Kokosnuss Dudhi Shaak	82
Cashew-Paprika-Curry Kaju Tonak	83
Punjabi-Tandoori-thālī	84
Tandoori Chicken Tikka	88
Butter-Chicken Chicken Tikka Masala	88
Scharfe Kichererbsen mit Ballonbrot Chole Bhature	90
Grünes Wintergemüse Sarson ka Saag	92
Maisbrot-Fladen Makki ki Roti	92
Pilz-Erbsen-Gemüse Matar Mushroom	96
Okra-Masala Bhindi Masala	96
Kreuzkümmel-Bratkartoffeln Aloo Jeera	97
Sahne-Butter-Linsen Dal Makhani	98
Punjabi-Backfisch Amritsari Macchi	98

Gujarati-Veggie-thālī **100**

Mildes Joghurt-Curry Kadhi	104
Gujarati Erdnuss-Dal	104
Gebratene Kohlklößchen Muthia	106
Weißkohlgemüse mit Kartoffeln Kobi vatana bateta nu shaak	110
Grüne Bohnen Gemüse Fansi nu shaak	110
Cremiges Maisgemüse Makai no chevdo	111
Linsen-Reiskuchen mit Gemüse Handvo	112
Warmer Kohlsalat Sambharo	114
Kichererbsen-Konfekt Magaj Ladoo	114

New-Style-thālī **116**

Edamame Chaat	122
Masala-Pilz-Crostini	122
Indian-Style-Hummus	123
Pulled-Chicken-Kathi-Rolls	124
Gerösteter Blumenkohl mit Mandelsauce	126
Spargel-Mango-Salat	128
Hasselback-Tandoori-Kürbis	128
Auberginen mit Hackfleisch und Joghurt	130
Sindhi-Smashed-Potatoes mit Avocado-Raita	132

Edles Mughlai-thālī **134**

Gemüse in würziger Sahnesauce Subzi makhanwala	138
Frischkäse in Safran-Tomaten-Sauce Paneer tikka zafrani	140
Lamm-Biryani	142
Butterzarte Frikadellen Galouti Kebab	144
Auberginen in Nusstunke Hyderabadi Bagara Baignan	146
Möhrenhalva Gajar ka halva	148
Würzige Linsen Tadka Dal	148

Leichtes Südindien-thālī	150
Malabar Paratha	154
Madras-Fisch-Curry	156
Eier-Kartoffel-Curry Nadan Mutta Curry	156
Kerala-Chicken-Curry Nadan Kozhi Curry	158
Kokos-Chutney	160
Knusprige Linsenkroketten Masala Vada	160
Knusprige Kartoffelbällchen Aloo Bonda	162
Sprossen-Möhren-Salat Kosambari	166
Gewokter Kokos-Kohl Thoran	166
Mildes Kokos-Gemüse-Curry Avial	167
Streetfood-thālī	168
Knusprige Kartoffelplätzchen Aloo Tikki	172
Butterbrötchen mit Gemüsepüree Pav bhaji	174
Papdi	178
Tamarinden-Chutney Meethi-Chutney	178
Papdi Chaat	179
Bhel Puri	179
Linsenbällchen in Joghurt Dahi Vada	180
Grundrezepte	182
Naan	184
Basmatireis	184
Indischer Frischkäse Paneer	185
Einfache Fladenbrote Chapati	185
Register	186