



Indische Papadam

Zutaten:

Für den Teig:

150 g Buchweizen (angekeimt)
 150 g Sonnenblumenkerne
 (angekeimt)
 50 g braune Leinsamen
 1 EL Sojasauce
 2 EL Kümmel ganz
 etwas frisch gemahlener
 Pfeffer
 1/2 TL Kreuzkümmel
 etwas Salz
 1 MS Cayennepfeffer
 1 EL Edelhefeflocken (optional)
 1 kleiner TL Tajine Marrakesch-Gewürz

Für das Mango-Chutney:

2 Tomaten
 1 Paprika
 100 g getrocknete mago (oder 1 frische)
 etwas Knoblauch nach Belieben
 1 TL Essig
 1 Scheibe Ingwer
 Chili nach Belieben



1 / 2 TL Zimt
 etwas Salz und frisch gemahlener Pfeffer
 ein Spritzer Zitrone

Mandelmuscreme:

2-3 EL Mandelmus
 6-8 Blätter frische Minze
 etwas Limettensaft

Belag:

Koriandergrün
 scharfliche Sprossen
 Tomate
 Paprika
 Gurke
 Limettensaft
 Limettenschale



Zubereitung:

Die Zutaten für den Teig (mit Ausnahme des Kümmels) im Mixer oder einer Küchenmaschine mit S-Messer zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Die Konsistenz dabei mit Wasser regulieren. Zum Schluss den Kümmel unterkneten, die Masse auf Dörrfolien ausrollen (oder Backpapier für den Backofen) und bei 40 °C ca 2 Stunden dörren. Dann umdrehen, die Folien abziehen und auf der anderen Seite bis zur gewünschten Konsistenz weiterdörren. Mit einem Ausstecher (oder einem Glas und Messer) schließlich runde Fladen formen. Die Überreste komplett durchdörren (prima Knusper auf Salaten und co)

Die Zutaten für das Mango-Chutney grob pürieren und nach Belieben abschmecken.

Die Mandelmuscreme bereiten.

Die Zutaten für den Belag in kleine Stücke, Streifen, Würfel schneiden - da ruhig variieren. Koriandergrün fein hacken.

Die Papadam mit etwas Limettensaft beträufeln und Mango-Chutney darauf verteilen. Dann nach Belieben belegen. Zum Abschluß Koriandergrün und Sprossen darübergeben und mit der Mandelsauce beträufeln.

Ein paar spritzer Limettensaft und etwas frisch geriebene Schale drübergeben.

Statt der Limette zum Schluß sind auch Kaffir-Limette oder Zitronenverbene mega lecker - so ihr es denn bekommt.

In diesem Sinne, guten Appetit!

© **Highonraw, Susanne Mank-Mayer 03/2021**