



Bevor es geschmort wird, zieht das Lammragout zieht einige Stunden in Joghurt-Chili-Marinade. (Riederalp, 2/2017)

LAAL MAANS

Hals vom Lamm, in Joghurt geschmort mit Chili, Knoblauch, Pfeffer, Kardamom und Zimt

«Feinde sind wie Brüder», schreibt Polly Hegan: «Sie sind sich meist viel ähnlicher als ihnen lieb ist.»¹ Das gilt auch für die Rajputen, die früheren Herrscher über das Gebiet des heutigen Rajasthan, und die muslimischen Invasoren aus dem Norden, die sich über viele hundert Jahre erbittert bekämpft haben. In kulinarischer Hinsicht auf jeden Fall hatten die zwei Parteien einiges gemein, in erster Linie die Liebe zum Fleisch. Das Jagen und der Verzehr von Wildtieren passen ja auch gut zu einem Kriegerleben. Die Rajputen glaubten außerdem, dass Männlichkeit, Mut und Stärke eines Kämpfers durch den Verzehr von Wildfleisch gefördert würden.²

Laal maans gilt als ein Gericht, das seine Heimat quasi im Lager neben dem Schlachtfeld hat. Es soll ursprünglich mit dem Fleisch von Hirsch, Reh oder Wildschwein zubereitet worden sein. Die großzügig beigegebenen Chilis dienten dazu, den süßlichen und etwas strengen Hautgout des Jagdfleisches zu übertönen.³ Als weitere Zutaten kamen nur Salz, Ghee, Joghurt oder Buttermilch und ein wenig Wasser in den Topf. Gelegentlich liest man, *Laal maans* sei von den Köchen oder vielmehr kochenden Dienern (*Khansamas*) erfunden worden,



Der große Dampf | «Jetzt rasselt eine helle Glocke los, wütend bimmelt sie gegen die Übermacht der Töne an. Sie dringt aus einem kleinen, von einem rosaroten Turban bekrönten Pavillon, der mitten auf dem Platz steht. Zwischen einem Los-Kiosk und einer Getränkebude hat sich hier ein kaum zwei Quadratmeter großes Hanuman-Tempelchen eingequetscht.»

Das auf diesen Seiten vorgestellte Rezept entstand in Zusammenhang mit der hier zitierten [Episoda vom 22. Dezember 2016](#).



Barbecue im Stil der Rajputen: Das Gemälde zeigt Durgadas Rathore (1638–1718), der sich als Herrscher von Marwar gegen den Mughlai-Kaiser Aurangzeb zur Wehr setzen musste. Es hängt im Fort Mehrangarh in Jodhpur und wurde von Archibald Herman Müller gemalt, der 1878 in Kerala zur Welt kam und später als Künstler in Mumbai lebte.



Im Restaurant Kalinga, das beim Hauptbahnhof von Jodhpur liegt, wird Laal maans auf der Karte als «An authentic Rajasthani mutton curry with local spices and herbs» angepriesen. Das Gericht wird mit Ziegenfleisch am Knochen serviert, ist ziemlich scharf und etwas ölig. (12/2016)

welche die Herrscher des rajputischen Königreichs Mewar (im Südosten Rajasthans) auf ihren Jagdexpeditionen begleiteten.⁴ Die speziellen Chilis allerdings, die traditionell für *Laal maans* verwendet werden, stammen aus Mathania im ehemaligen Königreich Marwar (rund um Jodhpur).⁵ Diesen leuchtend roten Schoten verdankt das Gericht auch seinen Namen: *Laal* bedeutet auf Hindi «rot» und *Maans* heißt «Fleisch». Wasser ist in Rajasthan, das zu einem großen Teil von der Wüste Thar bestimmt wird, ein rares Gut – ob die Köche aber deshalb das Fleisch mit Joghurt zubereiten und langsam geschmort haben, wie manchmal behauptet wird?⁶

Die Rajputen waren eine Hindu-Krieger-Kaste, die ab dem 6. Jahrhundert im Gebiet des heutigen Nordindiens eine Rolle spielte und etwa ab dem 7. Jahrhundert verschiedene Fürsten und Könige hervorbrachte, die sich in erster Linie mit dem Kampf gegeneinander und gegen die aus dem Norden eindringenden Muslime beschäftigten. Obwohl sie im Krieg gegen die Muslime, der viele Jahrhunderte dauerte, nur teilweise erfolgreich waren, konnten sie doch ihre Reiche oft erhalten. Und in der Zeit der islamischen Großmoguln (1526–1857), namentlich nachdem Akbar selbst eine Rajputen-Prinzessin aus Amber geheiratet hatte, verkehrten sie teilweise auch am Hof in Delhi. Die neue Nähe zum alten Feind spiegelt sich auch in dem Rezept für *Laal maans* wieder, das sich spätestens in jener Zeit deutlich verändert haben dürfte. Die Köche an den rajputischen Höfen begannen



Gut möglich, dass das Rezept für *Laal maans* hinter diesen Mauern verfeinert wurde: Das mächtige Fort Mehrangarh liegt auf einem Felsen über der Stadt Jodhpur. Der heutige Bau stammt zum größten Teil aus der Periode des Maharajas Jaswant Singh (1638–1678) und befindet sich immer noch im Besitz von dessen Nachfahren. (12/2016)

nämlich, wie die Mughlai, großzügig Zwiebeln und Knoblauch zu verwenden, ihre Gerichte mit Gewürznelken, Kardamom und Zimt zu aromatisieren. Wann das Wildfleisch durch das Fleisch von gezüchteten Tieren ersetzt wurde, ist unbekannt. Heute ist das Jagen in Rajasthan auf jeden Fall weitgehend verboten – auch für die Nachkommen der Rajputen, die in vielen ihrer Jagdschlösser Hotels eingerichtet haben. Das *Rote Fleisch* wird deshalb meist mit Ziege oder Lamm zubereitet.

Laal maans, wie es heute in den Restaurants von Rajasthan aufgetischt wird, besteht aus nicht zu kleinen Fleischbrocken (oft am Knochen) in einer dicken Sauce, die sehr scharf ist und manchmal etwas übertrieben rot (was auf die Verwendung von Farbstoff oder speziell farbintensiven Chilis zurückzuführen ist). Ein wesentlicher Reiz des Rezeptes besteht darin, dass viele Gewürze ganz verwendet werden und so beim Essen aromatische Klein-Ereignisse provozieren – etwa, wenn man auf ein Pfefferkorn beißt oder eine Kardamomkapsel zwischen die Zähne bekommt. Mathania-Chilis, die sowohl sehr scharf wie auch stark rotfärbend sein müssen, sind ausserhalb Indiens leider kaum zu bekommen – wir verwenden deshalb eine Mischung aus scharfen Chilis und Kaschmir-Chilis, die für ihre Färbkraft bekannt sind. So signalrot, wie manches Restaurant in Indien das *Laal maans* serviert, wird das Gericht nach unserem Rezept allerdings nicht. Es gibt auch Köche, die dem Gericht zusätzlich ein rauchiges Aro-



Nachkommen des Mondes | Die Rajputen selbst stellen sich gerne als Nachkommen der Sonne oder des Mondes dar. Man nimmt jedoch an, dass es sich um Eindringlinge aus Zentralasien handelt – oder um einen autochthonen, besonders kriegerischen Stamm. Die Rajputen stellten nie die Mehrheit in Rajasthan dar, hatten jedoch als Führer und Landbesitzer einen signifikanten Einfluss auf die rajasthanische Kultur. Auch dieser Herr, der auf Fort Mehrangarh den Effekt von Opium vorführt, dürfte ein echter Rajpute sein – weniger ein Sohn des Mondes, denn des Mohns.



Laal maans wird üblicherweise mit Fladenbrot serviert, meist mit Chapatis oder Rotis. (2/2017)^y

FÜR 2–4 PERSONEN

- 2** scharfe Chilischoten (oder 1 gehäufte TL scharfes Chilipulver)
- 4** milde Kaschmir-Chilis (oder 1 gehäufte TL Kaschmir-Chilipulver)
- 10 cm** ceylonischer Zimt (oder 1 gehäufte TL Zimtpulver)⁹
- 1** pflaumengroßes Stück Ingwer, gerieben
- 6** Knoblauchzehen, gehackt
- 250 g** Joghurt
- 600 g** Ragout vom Lamm mit Knochen (zum Beispiel vom Hals)
- 2 TL** Ghee (12 g)
- 1 EL** Koriandersamen
- 1 TL** Kreuzkümmel
- 1 TL** schwarzer Pfeffer, ganz
- 8** Kapseln grüner Kardamom, leicht gequetscht
- 3** Kapseln Schwarzer Kardamom, leicht gequetscht
- 4** Indische Lorbeerblätter
- 3** Gewürznelken
- 3–6** ganze, scharfe Chilis
- 3** Zwiebeln, teils fein gehackt, teils in Streifen (ca. 300 g)
- 1 TL** Salz
- 200 ml** Wasser
- Etwas** Salz zum Abschmecken
- 4 EL** Koriandergrün, grob gehackt, zum Bestreuen

ma verpassen, indem sie gegen Ende der Kochzeit ein Schälchen mit glühender Kohle in den Topf stellen, das wie ein Schiffchen auf der Sauce schwimmt. Dann gießen sie etwa Ghee auf die Kohle, setzen sofort einen Deckel auf und räuchern das Gericht etwa drei Minuten bis fünf Minuten lang. *Laal maans* wird meist mit *Chapatis* serviert, schmeckt aber auch mit Reis – ein Schälchen mit Joghurt oder Raita hilft gegen die Schärfe.⁸

Zubereitung (Marinierzeit 5 Stunden, Kochzeit 90 Minuten)

1 | Chili und Zimtstangen in einer elektrischen Kaffeemühle pulverisieren, mit Ingwer, Knoblauch und Joghurt zu einer Sauce verrühren. Diese Sauce mit dem Fleisch vermengen und wenigstens 5 Stunden (besser über Nacht) im Kühlschrank ziehen lassen.

2 | Ghee in einem schweren Topf (siehe Glossar) erwärmen. Die ganzen Gewürze (Korianderfrüchte, Kreuzkümmel, Pfeffer, grüner und schwarzer Kardamom, Lorbeerblätter, Gewürznelken und Chilis) begeben und anziehen bis es duftet.

3 | Zwiebeln mit Salz zu den Gewürzen geben und glasig dünsten.

4 | Fleisch mitsamt Marinade begeben und unter ständigem Rühren erhitzen – bis das Joghurt leicht eingedickt ist, aber bevor es am Topfboden anhaften kann. 200 ml Wasser angießen, umrühren, aufkochen lassen. Hitze reduzieren, Deckel aufsetzen und 90 Minuten köcheln lassen, gelegentlich rühren und wenn nötig zusätzliches Wasser begeben. *Verfügt man über einen präzise regulierbaren Ofen, kann man den Topf auch bei 120 Grad Celsius in die Röhre stellen.*

5 | Deckel abheben und die Sauce etwas eindicken lassen. *Laal maans ist semi-dry, wie man in Indien sagt, das heißt das Gravy ist dicklich und klebt am Fleisch.*

6 | Mit Salz abschmecken und mit Koriandergrün bestreuen.

Man kann Laal maans auch mit Fleisch ohne Knochen zubereiten, braucht dann etwas weniger Ragout (etwa 500 g) und weniger Joghurt (etwa 180 g) – die übrigen Zutaten bleiben sich gleich. Als Variante kann man das Gericht zum Beispiel auch mit Ochenschwanz kochen, der allerdings 4–5 Stunden gegart werden muss.

¹ Polly Hegan: *Tours et Détours*. Port-Louis: Librairie Port Louis, 2012. S. 86.

² Charmaine O'Brian: *The Penguin Food Guide to India*. New Delhi: Penguin Books India, 2013. S. 205 f.

³ Nivedita Ganguly: *Relish Rajasthani delights*. In: *The Hindu*. 27. Februar 2015.

⁴ Madhulika Dash: *Game cuisine – a Rajput legacy*. In: *The Indian Express*. 25. Oktober 2014.

⁵ Seite *In search of the True Laal Maas*. In: *Chef Kunal Kapur*. <https://chefkunalapur.blogspot.ch/2015/01/laal-maas-chef-kunal-kapur.html> (abgerufen am 5. Februar 2016)

⁶ Dash: *Op. cit.*

⁷ O'Brian: *Op. cit.* S. 206.

⁸ Das hier vorgestellte Rezept entstand in Zusammenarbeit mit Susanne Vögeli und ihrer Kochschule *Cookuk* in Aarau.

⁹ Wir verwenden den Zimt in gemahlener Form, weil ganze Stücke beim Essen unangenehm sperrig im Mund sind.