



Das Sambar de Sentores hat einen komplexen Röstduft, schmeckt scharf und leicht säuerlich.

## Sambar de Sentores

### Sauce aus Straucherbsen, Tamarinde und Gewürzen, mit Gemüse

Heute gilt das Café Bramana am Hafen von Sentores als eines der besten indischen Restaurants von Lemusa. Die Wirtin Senia Charpentier kam zwar in Paris zur Welt, ihre Familie stammt jedoch ursprünglich aus dem Bundesstaat Karnataka im Süden Indiens. Dort wird Sambar, ein würziges Gericht auf der Basis von Straucherbsen (*Toor dal*), zu fast jedem Essen gereicht – und natürlich hat auch jede Familie ihr ganz eigene Methode der Zubereitung. Sambar wird in Indien meist wie eine Sauce behandelt, die vor allem zu Idlis und Dosas serviert wird, manchmal aber auch einfach zu im Dampf gekochtem Reis, wobei sich Sorten mit einem starken Eigenduft wie Basmati oder Jasminreis weniger gut eignen. Im Café Bramana wird Sambar mit Sona masuri serviert, einer im südlichen Indien äußerst beliebten mittelkörnigen Sorte, die das Restaurant selbst importiert.

Das nachfolgende Rezept stammt von Senia Charpentier und heißt deshalb auch Sambar de Sentores. Das Gericht hat einen komplexen Röstduft, es schmeckt scharf, ganz leicht säuerlich, mit immer wieder überraschenden Einzelaromen. Man kann dieses Sambar auch als einfaches Eintopfgericht kochen. In dem Fall gibt man etwas mehr Kartoffeln oder Süßkartoffeln hinein, die man im Teller mit der Gabel ein wenig andrücken kann, damit sie die Sauce optimal zum Gaumen transportieren.

#### Für 2–4 Personen

100 g gelbe, geschälte und gespaltene Straucherbsen, im Indien-Laden gemeinhin als Toor dal angeboten  
50 g Visabohnen oder geschälte und halbierte Urdbohnen  
1 TL Kurkumapulver  
1 TL Bockshornklee  
600 ml Wasser  
1 TL Salz  
1 Zwiebel, fein gehackt  
15 Curryblätter  
200 g Saisongemüse, in kleine, höchstens 2 cm lange Stücke geschnitten. Zum Beispiel eignen sich: Aubergine, Drumsticks, Kürbis, Okra, Tomaten, unter Berücksichtigung ihrer längeren Kochzeit auch Karotten, oder Kartoffeln – wobei jedes Gemüse dem Sambar eine andere Note verleiht  
1 EL Ghee  
1 TL Schwarzer Senf  
1 TL Kreuzkümmel  
1 getrocknete Chilischote, entkernt, in Fetzen  
1 TL Tamarindenpaste, in 50 ml Wasser aufgelöst  
2–3 TL Sambarpulver

**1** | Straucherbsen, Visa, Kurkuma und Bockshornklee in 600 ml Wasser kalt aufsetzen, zum Kochen bringen, Hitze reduzieren und halb zugedeckt rund 50 Minuten garen lassen – gelegentlich umrühren. Das gewürzte Wasser reagiert zu Beginn eher heftig auf Hitze und neigt dazu, plötzlich über den Pfannenrand zu schäumen.  
**2** | Salz, Zwiebel und Curry-Blätter begeben.  
**3** | Die verschiedenen Gemüse, entsprechend der jeweils benötigten Kochzeit, zusammen mit etwas Wasser sukzessive zu den Erbsen geben und auf kleinster Flamme, zugedeckt weichkochen. Die Erbsen sollten zu einem ziemlich weichen (wenn auch nicht vollkommen strukturlosen) Mus verkocht werden – das Gemüse aber sollten je nach Sorte noch etwas Biss haben.  
**4** | Wenn das Gemüse gar ist, Ghee in einem kleinen Töpfchen erwärmen. Senfkörner hineingeben und aufkrachen lassen. Kreuzkümmel und Chili begeben und rösten. Sobald sich die Chilischote dunkel verfärbt, Mischung zu den Erbsen gießen.  
**5** | Tamarinde und Sambarpulver einrühren, mit Salz abschmecken.