



gekocht von  
Esther C. Graf-von Arx, Basel

Zutaten: für vier Personen

# Ragan Josh

1 kg Lammfleisch in Würfeln  
1 Joghurt nature oder Kefir  
1/4 TL Chili  
1/4 TL Ingwerpulver  
1/2 TL Turmeric  
1/2 TL Garam Masala  
1 Prise Muskat  
1/2 EL Salz  
4 EL Butter  
Pfeffer  
Petersilie (grossblättrig)

Lammfleisch in einer grossen Schüssel mit Salz und Chili mischen. Den Joghurt mit dem Ingwer verrühren

und über das Lammfleisch giessen. Joghurt und Fleisch gut vermischen und ca. 2 Stunden marinieren lassen. In einer Pfanne die Butter erhitzen, Turmeric und Pfeffer begeben, das Lammfleisch samt Marinade zufügen und ca. eine Stunde zugedeckt kochen lassen. Danach ca. 1 Liter Wasser sowie die Petersilie und die restlichen Gewürze beifügen. Nochmals ca. 10 Minuten kochen oder solange, bis das Fleisch weich ist.

Mit Reis oder Bulgur servieren.