DENNER

Bo Kho: vietnamesisches Rindsragout – Fremdländische Küche unter Freunden

In der vierteiligen Serie «Fremdländische Küche» sucht Zoe Torinesi exotische Gerichte mitten in der Schweiz - und findet diese bei Gastgebern, die auf traditionelle Art und Weise ihre heimischen Köstlichkeiten zubereiten.

Wenn Ban und Christine einladen, ist nicht nur die Tafel mit fernostasiatischen Köstlichkeiten im Nu gedeckt: Freunde und Familie reissen sich um einen Platz am Tisch der gelernten Köchin Ban, die in ihrem Restaurant Äntli in Wettingen Tag für Tag vietnamesische Spezialitäten serviert. Heute ganz exklusiv für gute Freunde – und Zoe Torinesi. Ein exotischer, traditioneller und authentischer Ausflug für die Foodbloggerin.

- 2 Stängel Zitronengras
- 1 Zimtstange
- 3 Sternanis
- 1 Kardamomkapsel
- 2 Schalotten, fein gehackt
- 3 Knoblauchzehen, fein gehackt
- Etwas neutrales Öl
- 800 g Rindssiedfleisch, in Würfeln von circa 3 cm
- 1½ EL Gemüsebouillon-Pulver
- 1 EL Tomatenmark
- 1 l Kokoswasser
- 2 Lorbeerblätter
- 2 TL Zucker
- 500 g Kartoffeln, in Würfeln von circa 2 cm
- 1 Packung Banh-Pho-Nudeln oder 1 Packung Vermicelli-Reisnudeln
- 300 g Karotten, in 2 cm breite Scheiben geschnitten
- Salz
- 1 Chilischote
- 1 Bund Thai-Basilikum
- 100 g Sojasprossen
- ½ Bund Frühlingszwiebeln
- 1 Baguette

1. Zitronengras flach drücken, anschliessend der Länge nach dritteln.
2. Zimt, Sternanis und Kardamom in einem grossen Topf dunkelbraun rösten und beiseitelegen.
3. Im gleichen Topf Schalotten und Knoblauch in etwas Öl goldig dünsten.
4. Danach bei tiefster Stufe Fleisch, Gemüsebouillon und Tomatenmark dazugeben, mit einer Kelle gut umrühren und von allen Seiten auf zweithöchster Stufe anbraten.
5. Mit Kokoswasser ablöschen, Lorbeerblätter und Zucker beigeben, Hitze auf mittlere Stufe herunterschalten, Kartoffeln dazugeben und umrühren.
6. Ragout circa 50 Minuten bei offenem Deckel köcheln lassen; dabei alle 15 Minuten den Schaum abschöpfen.
7. Nudeln in kochendem Wasser bissfest garen und abseihen.
8. Ungefähr 15 Minuten vor dem Servieren die Karotten zum Eintopf geben.
9. Zum Schluss das Gericht mit Salz und Chili abschmecken.
10. Bo-Kho-Ragout in einer Schüssel servieren und mit Thai-Basilikum, Sojasprossen und Frühlingszwiebeln garnieren; dazu die Reisnudeln und das in Scheiben geschnittene Baguette als Beilage servieren.

Zubereitungsdauer ca. 1 Stunde und 10 Minuten