

**Wochenmarkt:**  
**Dieses Curry verlangt keinerlei Begabung**



*Curry mit Kartoffeln, Bohnen und Kokos*

*Zutaten für 1 bis 2 Personen: Pflanzenöl, ½ TL Senfkörner, 2 Knoblauchzehen, ein 1 cm großes Stück Ingwer, 1 frische grüne Chilischote (in Scheiben geschnitten), 1 Zwiebel (gehackt), ½ TL Gelbwurz, ½ TL gemahlener Koriander, 200 g Kartoffeln (je nach Dicke in Würfel oder 0,5 cm dicke Scheiben geschnitten), 150 g grüne Bohnen (in 1 bis 2 cm große Stücke geschnitten), 3 EL Kokosraspel, 250 ml Kokosmilch, Salz, frischer Koriander*

Manchmal werde ich gefragt, ob ich nachkoche, was hier in der Rezeptkolumne vorgestellt wird. Offenbar gehört Kochen heute so wenig zum Alltag, dass man sich nicht einmal eine kochende Kochkolumnistin vorstellen kann. Ich gebe zu, Kochen ist schwierig und oft nervig. Wie viele Stunden meines Lebens habe ich mit leerem Gesichtsausdruck neben einer Pfanne gestanden, in der Gemüse endlich mal weich werden sollte? Kochen erfordert Geduld und Konzentration, und das sind nicht die Eigenschaften, die spätere Generationen unserer Zeit als typisch zuschreiben werden. Viel soziale Anerkennung gibt es auch nicht für das tägliche Abendessenzubereiten. Aber andererseits: So schwierig ist Kochen auch wieder nicht. Dieses Currygericht zum Beispiel verlangt keinerlei Begabung. Am Ende schmeckt es, was an den Gewürzen und an der Kokosmilch liegt. Es handelt sich um ein Grundrezept für indisches Curry, das in dieser Jahreszeit

um neue Kartoffeln und grüne Bohnen ergänzt wird. In der Pfanne werden Senfkörner in Öl erhitzt. Wenn sie zu springen anfangen, gibt man Knoblauch, Ingwer, Chili und Zwiebel dazu. Unter Rühren 7 Minuten lang braten, auf niedrige Hitze schalten, damit nichts anbrennt. Gelbwurz und Koriander untermengen. Kartoffeln und Bohnen hinzufügen sowie Kokosraspel. Die Kokosmilch nach und nach dazugießen, eventuell weniger als angegeben, denn das Curry sollte nicht zu flüssig werden. Köcheln lassen, bis Kartoffeln und Bohnen gar sind und die Kokosmilch eingedickt ist. Das sollte 20 Minuten dauern, die Sie damit verbringen, aus dem Küchenfenster zu starren oder das Koriandergrün zu waschen, zu trocknen und grob zu hacken – eine Tätigkeit, die mich persönlich zu Tode langweilt, die ich aber immer und immer wieder ausführe, denn das Kochen lehrt die Einsicht, dass Langeweile und Wiederholung leider zum Leben dazugehören.