

### **Indiase Lamskebab met yoghurt dip**

Hét Boeddhisme bestaat niet. Niet zozeer omdat Boeddha zich gewoon als een Hindoe beschouwde en helemaal niet het plan had om een nieuwe religie te stichten, maar omdat er heden ten dage bijna net zoveel boeddhismes zijn als boeddhisten. Filosofische boeddhisten en heel pragmatische, gelovend in duizend-en-één goden, maar atheïstische boeddhisten zijn er ook, net zoals zeer vredelievende en boeddhisten die niet terugdeinzen voor geweld. En de meeste boeddhisten roken, drinken en eten vlees en vis. Weet je dat ook weer (als je het al niet wist). Voor wie er meer van wil weten, lees 'De Boeddha in het tuincentrum' van Paul van der Velde.



India is de bakermat van het Boeddhisme, en de Indiase keuken wordt gekenmerkt door simpele gerechten met een grote hoeveelheid kruiden. Zo ook in dit gerecht. Je moet er misschien dus een paar in huis halen, maar ze zijn gedroogd en dus lang houdbaar. En de kans is groot dat je dit gerecht heel vaak zult maken, want het is erg lekker en makkelijk te maken.

Dit recept is afkomstig uit "De Indiase Familiekeuken" van Anjali Pathak. Ik kreeg het van mijn vrouw cadeau, die het op goed geluk had gekocht. En het bleek echt een goed kookboek te zijn vol met lekkere en goed te maken recepten. Aanrader dus.

### **Ingrediënten**

500 gr lamsgehakt  
6 zongedroogde tomaten  
1 volle tl garam massala  
1 volle tl geelwortelpoeder (kurkuma)  
1 volle tl gemalen venkelzaad  
1 volle tl komijn  
1 volle tl gemberpoeder  
2 tl gemalen koriander  
3 tl gedroogde munt  
1 tl gedroogde chilipeper  
2 el vloeibare honing  
1 tl zout  
Rasp van 1 of 2 citroenen  
1 ei  
Zonnebloemolie

Voor de dip: yoghurt, witte wijnazijn, knoflook, zout en eventueel verse koriander of munt

### **Recept**

Snijd de zongedroogde tomaatjes heel fijn. Gebruik daarvoor een echt scherp mes. Meng alle ingrediënten heel grondig door elkaar en maak er balletjes of koekjes van. Verhit een scheut olie in de koekenpan en bak ze op laag vuur gaar en aan beide zijden bruin. Je kunt ze eventueel ook bakken in een grillpan of op de barbecue. Hier is een frisse yoghurtsaus heel lekker bij. Meng door 2 dl yoghurt 2 tenen fijngesneden knoflook, 1 el wittewijnazijn en een mespuntje zout, en eventueel nog wat fijngesneden koriander of munt. Roer goed door.

Serveer als snack, of combineer het met bijvoorbeeld sperziebonen die je eerst kort kookt en dan bakt met knoflook, in blokjes gesneden tomaat, een pepertje, komijn, zout en peper en op het laatst mengt met korianderblaadjes. Naanbrood is er ook erg lekker bij, om ook te dippen in de yoghurtsaus.

