



Das Sambesi-Team



zutaten

(für 4 – 6 Personen)	2 EL Rohrzucker	500 g Kochbananen
800g Springbockfleisch (z. B. aus der Keule)	2 EL Honig	Gewürze: Curry, Kardamom, Kurkuma, Kreuzkümmel, Zimt, Cayennepfeffer, Piment
500 ml Schmand oder Crème fraîche	1 Zehe Knoblauch	
Je eine große Mango, Papaya, Ananas und 2 Bananen	1 große Gemüsezwiebel	
60g Rosinen	1 rote, scharfe Chili	
	300 ml Kokosmark oder Kokosmilch	
	Sonnenblumenöl	

Zartes Springbock- fleisch

an einer Currysauce mit
exotischen Früchten und Kokos

zubereitung

Die gehackte Gemüsezwiebel in Öl glasieren, die Knoblauchzehe und die Chilischote gut zerkleinert mitschmoren. Rohrzucker und Honig leicht karamellisieren lassen. Die Früchte in mundgerechte Stücke schneiden und mit dem Schmand, dem Kokos und den Rosinen vorsichtig unterheben. Die Gewürze je nach Intensitätswunsch beifügen. Gut erhitzen, nicht kochen!

Das Springbockfleisch bei mittlerer Hitze kurz beidseitig bräunen und bei kleiner Hitze bräunen lassen. Saftig rosa servieren. Die geschälten Kochbananen frittieren oder in reichlich Öl in der Pfanne ausbacken.

Guten Appetit wünscht das Team vom Sambesi.

Sambesi

DER Sambesi ist ein bekannter Fluss in Südafrika. DAS Sambesi ist seit 5 Jahren ein außergewöhnliches Restaurant in Göttingen mit afrikanischen Gerichten, die auch dem europäischen Gaumen schmecken.

Mit Hilfe der Speisekarte begeben Sie sich auf eine Safari der kulinarischen Art. Ob viel Fleisch, wenig Fleisch, vegetarisch, großer Hunger oder etwas Süßes – Sie werden bestimmt fündig. Afrikanische Getränke, wie Weine, Cider, Bier oder Likör, sorgen dafür, dass alle kulinarischen Wünsche erfüllt werden.

Für die Wohlfühlatmosphäre sorgen warme Lichter, erdige Farbtöne, große Palmen, Felle und Masken an den Wänden und ein Gemälde mit Savannen-Impressionen.

Sambesi

Wendenstraße 8
37073 Göttingen
Tel. 0551 – 37075651

lecker