



**A LA
CARTE**

Puri

Das Puri, ein frittiertes Fladenbrot, ist in Indien und Pakistan weit verbreitet und wird zu allen möglichen Speisen gereicht. So wird es auch in den Gurdwaras, den Gebetsstätten der Sikhs, serviert, meistens mit Chana Masala, einem Gericht aus Kichererbsen.

Langar, freies Essen für alle, ist ein grundlegender Bestandteil der Sikh-Religion. In jedem Gurdwara gibt es eine Küche. Freiwillige bereiten unter ständigem Gebet bestimmte vegetarische Speisen zu. Dieser Dienst für die Gemeinschaft reinigt ihren Geist und stärkt die Nächstenliebe.

Das Essen verzehren alle Anwesenden gemeinsam, auf dem Boden sitzend und mit bedecktem Haar. Das gemeinschaftliche Mahl setzt ein Zeichen gegen das strenge Kastensystem, das die indische Gesellschaft geprägt hat. Für die Sikhs sind alle Menschen gleich, unabhängig von Geschlecht, sozialem Status, Besitz oder Bildung.

Für 10 Brote:

- 125 g Weizenmehl
- 2–3 EL Öl
- 125 ml Wasser
- ½ TL Salz

Zubereitung:

Alle Zutaten zu einem Teig vermengen. Das Wasser nach und nach hinzufügen, bis ein fester und gut zu knetender Teig entsteht. Den Teig abdecken und 5 Minuten stehen lassen.

Runde Teigbälle formen und mit einem Nudelholz zu runden Fladen mittlerer Dicke ausrollen. Die Puris in heißem Öl ausbacken, bis sie sich aufblähen und eine goldbraune Farbe annehmen. Anschließend umdrehen und die andere Seite bräunen.

