



LINSEN-COCOS-CURRY

Zutaten für 6 Personen

400 g rote Linsen
2 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
2 Chili
1 Stück Ingwer ca. 3 cm
2 Dosen gehackte Tomaten (800 g)
300 ml passierte Tomaten
2 Dosen Kokosmilch (800 mg)

2 TL Kokosöl
2 TL Kreuzkümmel
Evtl. Chiliflocken
1 TL Kurkuma
Salz, Pfeffer
2 Stiele Koriander
400 g Natur-Joghurt
Saft von 3 ausgepresste Limetten

So geht's:

1) Zwiebeln, Knoblauch, Chili ganz fein würfeln und in einer großen, hohen Pfanne oder einem Bräter, im heißen Öl kurz anschwitzen. Kurkuma dazu und anrösten.
2) Die gewaschenen Linsen und Tomaten dazu geben. Ebenso die Kokosmilch. Alles gut verrühren und mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel und Chiliflocken abschmecken. Ca. 30 Minuten köcheln lassen und zwischendurch umrühren und etwas Wasser dazu geben.

3) Korianderblättchen von den Stielen zupfen und separat dazu reichen.
Joghurt glattrühren und im Schälchen dazu stellen
Limettensaft im Kännchen auf den Tisch stellen.

Dazu passen Basmati-Reis oder Naan-Brot.

