

Dahl

von Dini Muetter

Mengen für 10 Personen

Tags: Einfach, Vegan, Vegetarisch

6 cl Sesamöl	Alternativ auch sonstiges Fett (z.B. Rapsöl, Olivenöl, etc.)
5.0 Stück Knoblauchzehen	
50 g Ingwer	zusammen mit dem Knoblauch möglichst fein hacken (am besten im Mixer)
350 g Zwiebel	Zwiebel fein hacken und zusammen mit Ingwer und Knobli in genügend Öl bei mittlerer Hitze anbraten.
425 g rote Linsen	Hinzufügen, mit Wasser gut abdecken. Flüssigkeit einkochen lassen und regelmässig rühren.
3.0 g Kurkuma	ca. 1.25 TL pro 10 Personen
7.5 g Garam Masala	ca 2.5 TL pro 10 Personen
1.5 g Cayennepfeffer	1/2 TL pro 10 Personen
10 kg Kreuzkümmel	2.5 TL pro 10 Personen
2.5 kg Tomaten	(Alternativ Büchsen-Pellati) Tomaten würfeln
5.0 Stück Zitronen	2 Zitronen ins Dahl pressen, den Rest in Schnitze schneiden und beim Servieren dazugeben.
7.5 dl Kokosmilch	Alle Gewürze, Tomaten, Zitronensaft und Kokosmilch hinzufügen.
1.5 Liter Bouillon (flüssig)	Menge anpassen! Ca. so auffüllen, dass Linsen abgeckt sind. Ganzes ohne Deckel köcheln lassen bis gewünschte Konsistenz erreicht ist. Regelmässig rühren. Nach Bedarf mit weiteren Gewürzen abschmecken.