

Dal mit roten Linsen von Livio Aemmer

Mengen für 10 Personen

Quelle: <https://fooby.ch/de/rezepte/15671/dal-mit-roten-linsen?startAuto1=0>

Gewürze: Curry scharf, Kurkuma, Salz, Kreuzkümel

1.5 EL Öl	
100 g Zwiebel	fein gehackt
7.0 Stück Knoblauchzehen	gepresst
1.0 kg rote Linsen	
1.0 Liter Kokosmilch	1kg
2.5 Liter Wasser	
150 g Ingwer	fein gerieben

Öl in einer grossen Pfanne erwärmen, Zwiebel ca. 3 Min. andämpfen. Knoblauch und Ingwer begeben, 1 Min. mitdämpfen. Curry, Kurkuma und Kreuzkümmel begeben, 1-2 Min. fertigdämpfen. Linsen, Kokosmilch und Wasser begeben, aufkochen, salzen, ca. 15 Min. köcheln, bis die Linsen weich sind. Dabei hie und da umrühren.