

Linsen-Curry

Für 2 Personen

40 g rote Linsen	40 g gelbe Linsen	250 ml Gemüsebrühe
80 g Basmatireis	Salz	1 Tomate
1 grüne Chilischote	1 Schalotte	5 g frischer Ingwer
1 Knoblauchzehe	1 EL Butterschmalz	1/2 Zimtstange
1 Prise Kurkuma	3 Stängel glatte Petersilie	1 TL Currypulver

Linsen in ein großes Sieb geben und gut mit kaltem Wasser abwaschen. Dann die Linsen mit Gemüsebrühe in einen Topf geben, zum Kochen bringen und zugedeckt bei milder Hitze die Linsen ca. 20 Minuten weich kochen. Reis in reichlich Salzwasser weich kochen. Tomate mit heißem Wasser überbrühen, Schale abziehen, Tomate vierteln, entkernen und das Fruchtfleisch in feine Würfel schneiden. Chili halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein schneiden. Schalotte, Ingwer und Knoblauch schälen und fein hacken. Butterschmalz in einem separaten Topf erhitzen, Zimt dazugeben ein halbe Minute anschwitzen, dann Schalotte hinzufügen und goldgelb anschwitzen. Tomaten, Chili, Ingwer, Knoblauch zugeben mit etwas Salz und Kurkuma würzen und ca. 5 Minuten braten. Dann die gekochten Linsen mit der Flüssigkeit zugeben und noch ca. 5 Minuten weiterkochen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Mit Curry abschmecken und Petersilie untermischen. Das Linsencurry mit Reis servieren.

Vincent Klink Donnerstag, 21. Februar 2008