

Linseneintopf (Jemenitische Art)

Zutaten

Curry

- 1 Cup (200 g) gewaschene rote Linsen
- Lorbeerblätter
- 1/2 TL Kurkuma
- 1/4 Cup Cashewnüsse
- Pflanzenöl
- 1 Zwiebel gehackt
- 10 g Knoblauch gepresst
- 10 g Ingwer gerieben
- 80 g geriebene Karotten
- 250 g gewürfelte Tomaten
- 1 EL Tomatenmark
- je 1 TL Kreuzkümmel, Koriander und Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer
- 1 Peperoni
- 1 1/2 Cup Wasser
- 1/4 Cup frischer Koriander

Tadka

- Olivenöl
- 1 TL rote Chiliflocken
- 1/2 TL rotes Chilipulver oder Paprika

Zubereitung

Die roten Linsen einweichen. Nach dem Einweichen das Wasser abgießen und die Linsen in einen Topf geben. Die Linsen mit Wasser bedecken, Lorbeerblätter und Kurkuma hinzufügen. **20 Minuten** bei mittlerer Hitze kochen.

Die Cashewkerne **20 Minuten** in heißem Wasser einweichen.

In einen separaten Topf etwas Pflanzenöl geben, die gehackte Zwiebel hinzufügen und glasig dünsten. Knoblauch und Ingwer, geriebene Karotten, gewürfelte Tomaten und das Tomatenmark unterrühren. Kreuzkümmel, Koriander und Paprikapulver hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ganze Peperoni hinzufügen. Eine Tasse Wasser hinzugeben, abdecken und bei mittlerer Hitze **5 Minuten** kochen.

Die eingeweichten Cashewkerne mixen, bis sie glatt sind. Die gemixten Cashewkerne in die Soße

geben. Den Mixer mit einer halben Tasse Wasser ausspülen und ebenfalls zur Soße geben. Abdecken und bei mittlerer Hitze weitere **5 Minuten** kochen.

Die Lorbeerblätter von den gekochten Linsen entfernen und die Linsen zur Soße geben. Mit Salz abschmecken und durch Zugabe von etwas Wasser auf die gewünschte Konsistenz einstellen. Abdecken und bei mittlerer Hitze **10 Minuten** kochen. Vom Herd nehmen und frischen kleingehackten Koriander einrühren.

Für die Tadka ein wenig Olivenöl in eine Bratpfanne geben. Chiliflocken und rotes Chilipulver oder Paprika einrühren. Die Tadka über das Curry in der Servierschüssel gießen.

Das Curry heiß mit Brot oder Reis servieren.

Quelle: <https://www.youtube.com/watch?v=q2huqrVZBI8>

From:
<https://www.fritzwiki.de/> - FritzWiki

Permanent link:
https://www.fritzwiki.de/doku.php?id=rezepte:kochen:linseneintopf_jemenitische_art

Last update: **29.12.2024 12:26**

