

Curry-Linsen

Für 4 Personen

30 g Karotte	30 g Sellerie	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	2 EL Olivenöl	1 TL gelbe Currypaste
2 TL Jaipur-Curry	200 g rote und gelbe Linsen	450 ml Geflügelbrühe
5 g Ingwer	Salz	1-2 EL Honig
1 Spritzer Zitronensaft		

Für die Linsen Karotte und Sellerie schälen und in sehr feine Würfel schneiden. die Schalotte und Knoblauch schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Currypaste und Jaipur-Curry untermischen, Knoblauch und die Linsen zugeben. Mit der Brühe auffüllen und die Linsen 5 Minuten garen, dann Karotte und Sellerie zugeben und noch ca. 5 Minuten weitergaren. Ingwer schälen und fein schneiden. Das Curry mit Salz, Ingwer, Honig, Olivenöl und Zitronensaft abschmecken.

Tarik Rose am 06. Februar 2015