

INDISCHE BUTTER-LINSEN

Vorbereitungszeit: 15 Minuten | Gesamtzeit: 1 Stunde 5 Minuten | Portionen: 10

Zutaten:

- 1 Esslöffel (15 g) Ghee
- 1 Teelöffel (3 g) Kreuzkümmelsamen
- 1 Lorbeerblatt (ca. 1 g)
- 2 Tassen (360 g) gelbe Zwiebeln, klein gewürfelt
- 1 Esslöffel (15 g) Knoblauch, gehackt
- 1 Esslöffel (15 g) Ingwer, gehackt
- 1 Teelöffel (3 g) Chilipulver
- 1 Teelöffel (3 g) Garam Masala
- 1 Teelöffel (3 g) Kurkuma
- 1 Dose (800 g) Tomaten, passiert
- 2 Tassen (480 g) Schlagsahne
- 2 Esslöffel (30 g) Butter
- Salz, nach Geschmack (ca. 5-10 g)
- ½ Tasse (15 g) Koriander, gehackt

Zubereitung:

1. In einem großen Topf die Linsen und das Wasser vermischen. Zum Kochen bringen, die Hitze reduzieren und zugedeckt 15-17 Minuten köcheln lassen, bis die Linsen weich und zart sind. Abgießen und beiseite stellen.
2. Das Ghee in einem großen Topf bei mittlerer Hitze erhitzen. Kreuzkümmelsamen und Lorbeerblatt hinzugeben. Sobald die Kreuzkümmelkörner zu sprudeln beginnen, Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer hinzufügen. Sautieren, bis die Zwiebeln weich und goldbraun sind.
3. Chilipulver, Garam Masala und Kurkuma hinzugeben. Ein paar Sekunden anbraten, bis es duftet. Zerdrückte Tomaten hinzufügen und 5-7 Minuten kochen, bis die Tomaten weich geworden sind.
4. Die gekochten Linsen zur Tomatensauce geben und umrühren. So viel Wasser hinzufügen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Zum Kochen bringen, die Hitze reduzieren und zugedeckt 30-40 Minuten köcheln lassen, bis sich die Aromen vermischt haben.
5. Schlagsahne und Butter unterrühren. Mit Salz abschmecken. Weitere 5 Minuten köcheln lassen, bis sich die Aromen gut vermischt haben.
6. Heiß servieren, mit frischem Koriander garnieren.

