



MEIN GENUSS



Linsencurry



It's a match!

It's a match! Das Curry Goa verleiht jedem asiatischen Gericht eine besondere Würze!



Vorbereitung
15 min



Niveau
Mittel



Zubereitung
20 min

Zubereitung

- 1 Die Linsen nach Packungsanweisung gar (bissfest) kochen.
- 2 Zwiebel, Ingwer, Chili und Knoblauch schälen, klein hacken und in Butter ca. 3 Minuten anschwitzen. Dabei die 3 TL Curry Goa Gewürzmischung unterrühren.
- 3 Linsen abtropfen lassen und unterheben. Gemüsebrühe, Tomatenmark sowie die passierten Tomaten dazu geben und unter Rühren etwas einkochen lassen. Getrocknete Bockshornkleesamen in ein wenig Wasser einweichen.
- 4 Jetzt die Sahne, die in Achtel geschnittenen Cocktailtomaten und die Bockshornkleesamen dazugeben. Anschließend noch ein paar Minuten köcheln lassen.
- 5 Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Koriandergrün garnieren.

Zutaten

250 g rote Linsen
100 ml Gemüsebrühe
1 EL Butter
1 rote Zwiebel
1 getrocknete Chilischote
2 EL Tomatenmark
150 ml Tomaten, passiert
10 Cocktailtomaten
50 g Sahne
2 Knoblauchzehen
1 Stück Ingwer (daumengroß)
1 EL getrocknete Bockshornkleesamen
3 TL Currypulver Goa
Salz und Pfeffer
frischer Koriander

Du bist auf der Suche nach einem passenden Gewürz für dein Rezept? Mit dem Code **FOODIE22** erhältst du 10 % Rabatt* auf deine nächste Bestellung.

*Mindestbestellwert 20 €. Nicht mit anderen Rabatten und Gutscheinen kombinierbar. Barauszahlung nicht möglich. Gutschein gültig bis zum 11.12.2026.