

Rote-Linsen-Dhal

(immer für 4 Personen gerechnet)

Zubereitungszeit ca. 50 Minuten

250 gr. halbierte getrocknete Linsen

1-2 EL Ghee

1 TL ganzer Kreuzkümmel

1 TL Bockshornklee

2 TL gemahlener Koriander

1 Msp. gemahlener schwarzer Pfeffer

1/4 TL Asa foetida

1/2 TL gemahlener Zimt

1 L heißes Wasser

etwas Salz Linsen waschen. Ghee in einem Topf erhitzen. Alle Gewürze hineingeben und kurz anrösten.

Heißes Wasser und Linsen dazugeben und alles ca. 40 Minuten kochen, bis die Linsen weich sind.

Nach Belieben salzen.