

Rotes Linsencurry mit Kokosmilch



- 500 g rote Linsen
- 1000 ml Kokosmilch
- 1000 ml Gemüsebrühe
- 6 EL Ingwer, fein gehackt
- 3 Zehe Knoblauch
- 2 Zwiebeln
- 2 TL gelbe Currypaste
- 1 TL Kreuzkümmel, gemahlen
- 4 TL Korianderpulver
- 2 TL Kurkuma, gemahlen
- Salz und Pfeffer
- ½ TL Sambal Oelek
- 1 TL Zitronensaft

1. Zwiebeln, Ingwer und Knoblauch in Olivenöl anschwitzen.
2. Gewürze und Currypaste dazugeben, verrühren und kurz anschwitzen. Mit der Brühe ablöschen, Kokosmilch und Linsen dazugeben und die Suppe zugedeckt ca. 40 Minuten auf kleiner Flamme köcheln lassen, bis die Linsen zerfallen sind.
3. Mit Salz, Pfeffer, Sambal Oelek und Zitronensaft abschmecken.
4. In passende Gläser abfüllen, verschließen und 30 Minuten bei 100°C einkochen.

Das Einkochen erfolgt nach der Basisanleitung