

Dal Bhat (Aus Nepal)

300g Reis	etwa 15min. kochen.
1 Zwiebel Ingwer Kurkuma 250g rote Linsen	klein schneiden und mit und in einem Topf anbraten. hinzugeben und mit Wasser bedecken.

Das ganze etwa 30 Minuten auf kleiner Flamme köcheln lassen. Das Dal sollte die Konsistenz einer dicklich-cremigen Suppe erhalten. Mit Salz und Curry abschmecken und separat zum Reis servieren.

Außerdem nach belieben Papad und Gemüse der Saison dazu servieren.

Ergibt: 8 Portionen
Zubereitungszeit: Ca. 30min.
Kochzeit: Mind. 45Min.