

Linsen Dhal (vegan)

Zutaten für 10 Personen:

850 g Reis
650 g Linsen
4 kleine Zwiebeln
4 Zehen Knoblauch
4 cm Ingwer, daumendick
Kurkuma
Kreuzkümmel
Garam Masala
Koriander
Salz
200 g Sojagranulat
Kokoscreme 1l
+ Salat

Zubereitung:

Reis kochen.

Sojagranulat in heißem Wasser laut Packung quellen lassen.

Zwiebeln, Ingwer und Knoblauch anbraten, Garam Masala 10s mit anbraten und mit Wasser ablöschen.

Linsen zugeben und weichkochen.

Mit den Gewürzen abschmecken und Kokosmilch zugeben.

Dazu gibts Salat.

Von Max Mosig