

DHAL

Til ca. 4 personer

Ingredienser:

4 fed hvidløg, finthakket
2 spiseske ingefær, frisk, fintrevet
2 spiseske olivenolie
3 teske karry, medium
1 spiseske stødt spidskommen
1/2 spiseske stødt koriander
1/2 teske stødt kardemomme
1/2 teske chiliflager
6 dl grøntsagsbouillon
200 g røde linser
2 dåser hakkede tomater



Forberedelse:

Varm olien i en stor gryde ved middel varme og tilsæt hvidløg og ingefær og rør rundt i 1 minut, hvorefter karry, spidskommen, kardemomme, koriander, og chiliflager tilsættes. Svits krydderierne af i ca. 1 minut under omrøring. Kom linserne i gryden sammen med grøntsagsbouillon og hakkede tomater. Lad det simre under låg i 45 minutter. Rør jævnlige i gryden og tilsæt evt. lidt vand, hvis den bliver for fast. Dhal kan serveres med raita, agurkedressing eller naan brød.

God fornøjelse!