AG221-24_03_Ab_Linsencurry von Tim Welmers

Mengen für 30 Personen

Quelle: Dhansaak, Linsen-Gemüse-Eintopf, S.761, Indien, das Kochbuch ISBN: 978-3-947426-21-8

1.8 dl Öl	
3.0 TL Kreuzkümmel	
6.0 Stück Zwiebeln	geschält und fein gewürfelt
45 g Salz	
1.35 kg Linsen	braune, grüne, rote und gelbe linsen
9.0 Stück Tomaten	grosse tomaten gehackt
1.8 kg Auberginen (g)	Fruchtfleisch in 2-3cm grosse stücke geschnitten
1.05 kg Mais	
3.0 Stück Zwiebeln	geschält und gehackt

Gwürzmischung:
1 Zimtstange
8 Kardamonkapseln
1 EL Koriandersamen
1.5 TL Kreuzkümmelsamen
1 TL Fenchelsamen
1 TL Senfkörner
1 TL Gelbwurz
0.5 TL schwarze Pfefferkörner
1/4 TL Bockshornkleesamen (ersetzt durch Fenchelsamen)
1/4 TL Gewürznelken

Kräuterpaste:
50g Koriandergrün
25g Minze
7cm frischer ingwer
1 Jalapeño Chili, entkernt und grob gehackt
3 getrocknete rote chilischoten
6 Knoblauchszehen, geschält und grob gehackt

Alle zutaten für die Gewürzmischung in der Gewürzmühle zu einem feinen pulver mahlen und beiseitestellen

Alle zutaten für die kräuterpaste mit 60ml wasser glat pürrieren.

225ml (pro 10 Personen) Wasser in einer schale bereitstellen

Für das Gemüse das Olivenöl in einem grossen Topf erhitzen und darin die Kreuzkümmelsamen bei mittlerer bis starker Hitze etwa 2 minuten bräunen. Die fein gweürfelten Zwiebeln zugeben, Salzen und 12-15 minuten unter häufigem Rühren anbraten, bis die Zwiebeln braun sind. Wenn die Zwiebeln anzusetzen beginnen, das bereitgestellt Wasser zugiessen und die Zwiebeln vom Topfboden lösen. Etwa 3 minuten weiterköcheln lassen, bis das Wasser verdampft ist.

Die Hitze auf mittlerer Stufe reduzieren. Die Linsen und 3 EL Gewürzmischung zu den Zwiebeln geben und unter häufigem Rühren etwa 2 minuten anbraten. Dann 2 liter (pro 10pers) Wasser zugiessenund zum Kochen bringen. Einen Deckel auflegen, die Hitze noch etwas reduzieren und die Kinsen unter häufigem Rühren in etwa 30 minuten weich kochen.

Inzwischen das zusätzliche öl in einer pfanne bei mittlerer bis starker hitze 20 sekunden erhitzen. Die Kräuterpaste zugeben und unter rühren etwa 2 minuten anbraten. Wenn die Linsen gar sind, Tomaten, Auberginen, Zuckermais und die gehackten roten zwiebeln zugeben und zum kochen bringen

Die beiseitegestellte gewürzmischung unterrühren. Die Hitze auf kleine bis mittlere Stufe reduzieren, einen Deckel auflegen und das Gemüse 45minuten köcheln lassen, bis die auberginen sehr weich sind. Dabei etwa alle 10minuten umrühren. Mit Salz servieren und sofort servieren