

Lagerkochbuch.ch



Dal von David Imwinkelried

Mengen für 10 Personen

500 g Zwiebel

2.0 Stück Knoblauchzehen

500 g Broccoli

2.0 Stück Pepperoni

600 g Tomatensauce Napoli eigentlich Passata

500 g rote Linsen

75 g Rote Curypaste

6.0 dl Kokosmilch

1.0 dl Öl

100 g Limetten

20 g Koriander

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Das restliche Gemüse ebenfalls schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebeln und den Knoblauch andünsten. Wenn dies glasig ist, die Linsen zugeben und ebenfalls andünsten. Dann die Curypaste zugeben und mitbraten. Das restliche Gemüse beifügen.

Wenn alles angebraten ist, die Kokosmilch und Passata beigeben, bei Bedarf Bouillon ergänzen, falls es mehr Flüssigkeit benötigt.

Das Dal köcheln lassen, bis die Linsen und das Gemüse al dente ist. Mit Gewürzen abschmecken.