

Linsen Daal + Naan \$

von Raymond Wiedmer

Mengen für 10 Personen

Quelle: Filou

Tags: Vegan

Gewürze: Chillipulver, Kreuzkümel, Paprika, Curry mild, Koriander, Kurkuma

50 g Butter	Ingwer, Knoblauch und Zwiebeln andünsten. Garam Masala/Curry und Gewürze mitdünsten. Mit Bouillon ablöschen, Linsen begeben, aufkochen. 10 Minuten garen.
5.0 Stück Knoblauchzehen	
5.0 Stück Zwiebeln	
0.25 g Ingwer	
5.0 g Garam Masala	Esslöffel
500 g rote Linsen	
1.5 Liter Bouillon (flüssig)	
500 g gehackte Tomaten	
2 dl Zitronensaft	Pelati/Tomaten begeben, 5 Minuten garen, bis die Linsen weich sind. Abschmecken mit Salz, Zucker, Limettensaft und Kräutern.
450 g Nature Joghurt	
875 g Weismehl	
2.5 TL Salz	
2.5 g Zucker	
2.0 Stück Trockenhefe	
* 3 g Backpulver	
20 g Butter	
2.5 dl Wasser	
1.25 dl Milch	

187 g Nature Joghurt

Teig

Mehl, Salz, Zucker und Hefe in einer Schüssel mischen. Noch warme, flüssige Butter mit Wasser, Milch und Joghurt verrühren, zum Mehl geben, zu einem weichen, glatten Teig kneten. Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 1½ Std. aufgehen lassen.

Formen

Teig in 8 Portionen teilen, zu Kugeln formen, jede Kugel auf wenig Mehl ca. ½ cm dick oval auswallen, dabei soll der Rand etwas dicker sein. Ofen auf 60 °C vorheizen.

Naan

Butter und Knoblauch verrühren. Fladenbrote nacheinander in einer warmen beschichteten Bratpfanne je ca. 3 Min. backen, bis sich an der Oberfläche Blasen bilden, Fladenbrote wenden, ca. 2 Min. fertig backen, herausnehmen, mit der Knoblauchbutter bestreichen, im Ofen warm stellen.

150 g Koriander

* angenäherte Umrechnung, z.B. kg -> Stück / TL -> g