

Linsendal (rote Linsen) von Muriel Häberli

Mengen für 19 Personen

Quelle: alnatura.de

4.75 kg Zwiebel	schälen und fein würfeln
1.19 kg rote Linsen	Linsen in ein feines Sieb geben, mit kaltem Wasser gründlich abwaschen und abtropfen lassen.
9.5 EL Öl	z.B. Kokusöl
4.75 kg Kreuzkümmel	gemahlen
14.3 g Currypaste	ein paar EL
	Öl erwärmen, Zwiebeln darin anschwitzen, Kreuzkümmel und Curry dazugeben und 1 min mit anrösten
9.5 dl Kokosmilch	
1.9 kg gehackte Tomaten	
1.9 Liter Wasser	mit Kokosmilch, Tomatenstücke und Wasser ablöschen. Linsen zugeben, ca. 15 min köckeln lassen. Salzen.