

Indischer Linsen-Eintopf

Zutaten für 4 Personen

- 450 g gelbe Linsen
- eine Zucchini
- je eine gelbe und rote Paprika
- 2 große Möhren
- 2 Zehen Knoblauch
- 2 Kartoffeln
- 3 Tomaten
- 3 Zwiebeln
- Olivenöl
- 100 g Lime Pickle
- 4 EL Ingwer-Mango-Chutney
- Kreuzkümmel, Minze, Curry, grüner Koriander, Salz, Sambal Oelek

Zubereitung

1. Linsen fünfmal mit kaltem Wasser waschen, in einen Topf geben und so viel Wasser hinzugeben, dass es knapp doppelt so hoch steht wie die Linsen. Die Linsen weich kochen.
2. Zwiebeln und Knoblauch schälen, kleinschneiden und in Olivenöl anbraten.
3. Möhren, Zucchini, Paprika, Kartoffeln und Tomaten kleinschneiden und in dieser Reihenfolge zu den Zwiebeln und dem Knoblauch geben und ebenfalls anbraten. Bei leichter Hitze so lange schmoren lassen, bis die Kartoffeln weich sind.
4. Die Linsen zum Gemüse geben, Lime Pickle und Chutney unterrühren und mit den Gewürzen abschmecken.

An Joghurt-Knoblauch-Soße, mit Minze bestreut, servieren.