



## Rote-Linsen-Curry

vegan

### Zubereitung:

Die Linsen in ein Sieb geben und gründlich waschen. Eine tiefe Pfanne oder einen Topf erhitzen, Kokosöl darin schmelzen und Kardamom- und Korianderpulver, gehackten Zwiebel, Ingwer und Knoblauch kurz darin anrösten. Dann Paprika entkernen und in Würfel schneiden, Karotten schälen und in Scheiben schneiden. Paprika, Karotten und Linsen zum Kokosöl hinzufügen und unter Rühren ca. 2 Minuten anbraten. Getrocknete Chili hineinbröseln, Kokosmilch und Orangensaft dazugeben und bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse und die Linsen gar sind. Zum Schluss mit Salz, Kurkumapulver und Pfeffer abschmecken. Wenn das Curry zu dickflüssig ist, mehr Orangensaft hinzufügen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Lecker zu Reis und frisch gerösteten Cashewkernen.

### Zutaten:

- 500 g** Linsen, rot
- 1 EL** Kokosöl
- 1 TL** Kardamompulver
- 2 kleine** Zwiebel, rot
- 2 EL** Ingwer, frisch
- 2** Knoblauchzehen
- 1 TL** Korianderpulver
- 2** Paprika, rot
- 6** Karotten
- 2** Chili, getrocknet
- 800 ml** Kokosmilch
- 200 ml** Orangensaft
- 1 1/2 TL** Salz
- 1 1/2 TL** Kurkumapulver
- 4 EL** Minzblätter, gehackt
- Pfeffer, schwarz

### Zubereitungszeit:

45 Minuten

Das Team von Christina's wünscht viel Spaß beim Nachkochen und einen guten Appetit!  
Folgen Sie uns auf Facebook unter [@christinasabensberg](https://www.facebook.com/christinasabensberg) und verpassen Sie so keine Neuigkeiten