

Spitzkohl-Curry -Für 4 Portionen-

1 kleiner Spitzkohl (ca. 600g)
3 große Kartoffeln
3 Möhren
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Stück Ingwer (ca. 2 cm)
1 Chilischote
2 EL Öl
1 EL Currypulver
1 EL Kreuzkümmel
200ml Kokosmilch
250ml Gemüsebrühe
100g rote Linsen
Salz und Pfeffer

Spitzkohl vierteln und in Streifen schneiden. Kartoffeln würfeln. Möhren in Scheiben schneiden. Zwiebeln und Knoblauch fein hacken. Ingwer reiben. Aus der Chilischote die Kerne und Trennwände entfernen und fein würfeln.

Im erhitzten Öl das Gemüse andünsten, Curry und Kreuzkümmel zugeben und kurz mitdünsten.

Kokosmilch und Gemüsebrühe zugießen, 10 Min. zugedeckt köcheln lassen.

Anschließend Linsen zugeben und weitere 10 Min garen. Falls notwendig, Brühe nach und nach zugeben, je nachdem, wie fest oder flüßig das Curry werden soll. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Besonders lecker zu Naan-Brot oder Reis.