

GEKRUIDE LINZENSCHOTEL

4 - 6 personen

U kunt naar wens wat gehakt toevoegen.

225 g rode linzen

1 ui, in ringen gesneden

¼ theelepel kurkuma

2 tomaten, in stukjes

2 teentjes knoflook

1 theelepel gemalen komijnzaad (djinten)

1 theelepel gemberpoeder (djahé)

¼ theelepel kaneelpoeder

¼ theelepel chilipoeder

2 eetlepels verse koriander, fijngehakt

1 eetlepel olie

peper

zout

Doe eerst de linzen met de helft van de uiringen en de kurkuma in een pan. Giet er kokend water overheen tot de linzen net onder staan. Breng ze aan de kook en laat de linzen in 15 minuten bijna gaar worden op een lage warmtebron. Het kookwater is dan bijna geheel opgenomen.

Verhit terwijl de linzen koken de olie in een pan die groot genoeg is om later ook de linzen te bevatten. Fruit hierin gedurende 5 minuten de andere helft van de uiringen.

Voeg dan knoflook, komijnzaad, gemberpoeder, kaneel en chilipoeder toe en fruit alles al roerend nog 1 - 2 minuten. Doe de tomaten erbij en schep alles goed om.

Doe de linzen zodra ze klaar zijn bij de gefruite ingrediënten en roer voorzichtig tot alles goed vermengd is. Breng op smaak met peper en zout. Bestrooi het gerecht met de koriander. Roer en laat alles nog 2 - 3 minuten op de warmtebron staan voordat u het opdient met warm pitabrood en yoghurt.

Wijnadvies: Farnio Rosso Piceno Garofoli, Wijnkoperij Henri Bloem Amersfoort