

# Linsen-Curry

Für 2 Personen, Küchenutensilien: großer Topf und Wasserkocher

## Zutaten:

- eine kleine Zwiebel
- eine kleine Knoblauchzehe
- 3cm langes Stück Ingwer
- 1 TL Currypaste
- 150g Belugalinsen
- ½ Dose gehackte Tomaten
- 250ml Hafermilch (alternativ Kokosmilch)
- 250ml Gemüsebrühe
- 2 Möhren (mittelgroß)
- 2 Kartoffeln
- 100g frischer Spinat
- Öl oder vegane Margarine zum Anbraten
- Gewürze: Salz, Pfeffer, Koriander, ggf. Chilipulver und ein paar Spritzer Zitronen-/Limettensaft



1. Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer schälen und in ganz kleine feine Stücke schneiden, Möhren in dünne Scheiben schneiden
2. Zwiebel, Knoblauch, Ingwer und Möhren in Öl oder Margarine 2 min bei mittlerer Hitze andünsten, anschließend die Currypaste dazugeben
3. Wasser für Gemüsebrühe aufsetzen, die Belugalinsen zum Topf hinzugeben, das ganze nun mit Gemüsebrühe, den Tomaten und der Hafermilch ablöschen
4. In der Zwischenzeit die Kartoffeln schälen und diese nach ca. 15 min hinzugeben
5. Nach weiteren 10 min (kurz bevor die Kartoffeln gut sind) den Spinat dazugeben
6. Anschließend das Curry mit den Gewürzen abschmecken

***Guten Appetit!***

Bei diesem Rezept handelt es sich um eine leicht geänderte Variante eines REWE-Rezepts:

<https://www.rewe.de/rezepte/veganes-linsen-curry/>