





Grönt

Indisk potatiscurry  
- dhal aloo



### **INGREDIENSER**

- 1 1/2 dl röda linser
-  ca 3 msk olja
- 1 tsk gula senapsfrön
- 1/2 tsk vindaloo curry
- 1 msk riven färsk ingefära
-  1 vitlöksklyfta, pressad
-  1 tsk chilipulver
- 1 tsk malen koriander
-  1 tsk gurkmeja
- 1 burk, 400 g, hela tomater
- 1 tsk salt
- 5–6 dl vatten
-  8 potatisar av mjölig sort, i tärningar
- färsk koriander till garnering

4 portioner

Skölj linserna väl i flera vatten. Värm oljan i en stor panna. Lägg i senapsfrön och vindaloo curry. Tillsätt ingefära och vitlök när senapsfröna börjar sprätta och stek 30 sekunder. Lägg sedan in chili, koriander och gurkmeja och fräs under omrörning ytterligare några sekunder. Tillsätt tomater, salt och vatten. Koka upp, sänk värmen, lägg på lock och låt sjuda i 20 minuter.

Lägg i linser och potatistärningar och sjud tills allt är mjukt. Smaka av.

Servera med basmatiris och eventuellt naan-bröd.



Lycka till i köket. Matmästare Sander.

Har du frågor kring recepten eller frågor gällande Coop Konsum är du välkommen att ringa oss på Coop Kontakt på telefon 020-71 10 10 vardagar kl 9–17.