

Indisches Auberginen-Süßkartoffel-Curry mit gelben Linsen

Zutaten

800 ml Gemüsebrühe	1 Chilischote, <i>grün</i>
1 große Süßkartoffel (<i>ca. 450 g</i>)	1 TL Kreuzkümmel, <i>ganz</i>
1 große Aubergine (<i>ca. 350 g</i>)	1 TL Garam Masala
2 Zwiebeln, <i>mittelgroß</i>	1/2 TL Agavensirup
200 g Tomatenstücke, <i>geschält (aus der Dose)</i>	1/2 TL Kurkumapulver
200 g gelbe Linsen	Salz
200 ml Kokosmilch	Chilipulver
2 EL Kokosöl	Optional:
2 EL Currypulver, <i>indisch</i>	3 Bay Leaves, <i>getrocknet wenn vorhanden</i>
2 EL Kokosflocken	Koriander zum Bestreuen, <i>frisch gehackt</i>
1 EL Koriander, <i>gemahlen</i>	

Zubereitung

Die Süßkartoffeln schälen und würfelig schneiden, ebenfalls die Auberginen und die Linsen in einem Sieb kalt durchwaschen. Die Kokosflocken in der trockenen Pfanne unter Rühren trocken rösten bis sie zu duften beginnen und aus der Pfanne nehmen. Zwiebel schälen, halbieren und ringelig schneiden, Kokosöl erhitzen und den Kreuzkümmel eine halbe Minute darin anbraten, dann die Zwiebel dazugeben und goldbraun rösten. Kokosflocken, Kurkumapulver, Currypulver und Garam Masala dazugeben und nochmal etwas anbraten, dann die Tomatenstücke, die gehackte Chilischote und den Agavendicksaft dazugeben und kurz weiter braten. Mit Gemüsebrühe aufgießen und die gewaschenen Linsen, die Auberginen und die Süßkartoffeln dazugeben, ebenso die Bay Leaves und Salz. Unter gelegentlichem Rühren das Curry zugedeckt köcheln lassen bis die Flüssigkeit großteils aufgenommen wurde, dann die Kokosmilch dazugeben und weiter unter gelegentlichem Rühren köcheln bis die Süßkartoffeln durch sind. Das Curry soll jetzt schön cremig sein, mit Salz und Chili abschmecken und mit gehacktem frischen Koriander bestreut servieren.