

Curry z czerwonej soczewicy

Przepisów na curry jest multum, a wszystkie oczywiście z przyprawą curry i mleczkiem kokosowym w roli głównej. Dziś prezentuję Wam wersję z czerwonej soczewicy: gęstą, sycącą i przyjemnie ostrą w smaku zupę. Polecam ☐





Składniki:

- 2 szklanki (480 ml) czerwonej soczewicy
- 1 litr wody (lub więcej)
- 1 mała cebula
- 2 ząbki czosnku (lub 1 łyżeczka [pasty czosnkowej](#))
- 4 cm korzenia imbiru (lub 1 łyżka [pasty imbirowej](#))
- przyprawy:
 - 2 łyżeczki pasty curry ze słoika
 - 2 łyżeczki mieszanki przypraw garam masala
 - 1 łyżeczka przyprawy curry
 - 1/2 łyżeczki kurkumy
- 1/2 puszki mleczka kokosowego (około 200 ml)
- 5 łyżek dobrego koncentratu pomidorowego

Wykonanie:

Cebulę obieramy i kroimy w kostkę. Czosnek i imbir obieramy i drobno siekamy albo używamy pasty domowej roboty ([przepis tutaj](#)).

W niewielkim naczyniu mieszamy przyprawy w połowę szklanki wody.

Do garnka wrzucamy pokrojoną cebulę, czosnek i imbir, zalewamy kilkoma łyżkami wody i "smażymy" aż cebula się zeszkli.

Dodajemy rozpuszczone przyprawy i wypłukaną i odcedzoną soczewicę. Zalewamy wodą, zagotowujemy i gotujemy pod przykryciem około 20 minut.

Następnie, dodajemy mleko kokosowe i przecier pomidorowy, mieszamy i gotujemy bez przykrycia na wolnym ogniu aż soczewica będzie smakowicie rozgotowana ☐

Podajemy z ryżem, świeżą kolendrą i dużą ilością wody do picia ☐ W podanych tutaj proporcjach to curry jest za ostre dla dzieci, przynajmniej naszych ☐ Ale dorośli jak najbardziej nie mają się czego bać i powinni je skosztować ☐ Bo jest PRZEPYSZNE!!

Smacznego!

* Przepis zainspirowany AnarchistKitchen.

- **Spodobał Ci się ten przepis? To podaj go dalej!**
- **Będzie mi bardzo miło, jeśli podzielisz się swoją opinią w formie komentarza ☐**
- **Obserwuj mnie na Facebooku [LamaridaBlog FB](#)**
- **Śledź mnie na Instagramie [lamarida_pl Instagram](#)**
- **Dziękuję i pozdrawiam! ☐**