

## Dal Bhat (Zubereitung: ca. 25 Minuten)

### Zutaten Bhat:

- 2 Schalen Reis
- 4 Schalen Wasser
- Salz, evtl. 1 TL Butter

### Zutaten Dal (Linsen):

- 1½ Schalen schwarze oder gelbe Linsen
- 4–5 Schalen Wasser
- ½ TL Gelbwurz (Kurkuma gemahlen)
- 1 TL Knoblauch, gehackt
- 6 EL Butterschmalz oder Öl
- ¾ Schale Zwiebeln, fein gewürfelt
- 2 rote Chilis (getrocknet und entkernt)
- Salz, zum Abschmecken



Foto: Michaela Spritzendorfer-Ehrenhauser

### **So wird's gemacht:**

#### Bhat (Reis)

- Reis wie gewohnt zubereiten (evtl. gegen Schluss ein wenig Butter dazu geben, umrühren, Hitze abdrehen und fertig garen lassen)

#### Dal (Linsen)

- Die gewaschenen und gut abgetropften Linsen im Wasser mit Salz 20 min köcheln lassen.
- Öl in einer kleinen Pfanne erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin goldbraun rösten.
- Die Gewürze dazugeben und kurz mitdünsten.
- Diesen Mix zu den gar gekochten Linsen geben und gut verrühren, noch ein paar Minuten köcheln lassen.
- Linseneintopf mit Reis servieren.