



Dahl met rode linzen

2 PERSONEN

 40 minuten

DIT HEB JE NODIG

-  1 ui
-  1 teentje knoflook
-  1½ cm verse gember
-  2 el zonnebloemolie
-  1 el garam masala
-  ½ el kurkuma
-  200 g tomatenblokjes (blik)
-  150 g rode linzen (à 500 g, zak)
-  200 ml kokosmelk (blik)
-  ½ rode peper
-  100 g spinazie

ZO MAAK JE HET

1. Snipper de ui en snijd de knoflook en gember fijn.
2. Verhit de olie in een grote pan en fruit de ui op middelhoge stand in 3 minuten zacht.
3. Voeg de knoflook en gember toe en roerbak 5 minuten mee.
4. Voeg de garam masala en kurkuma toe en bak nog 1 minuut.
5. Voeg de tomatenblokjes toe en breng aan de kook.
6. Spoel de linzen af en voeg toe.
7. Schenk de kokosmelk en 100 ml water erbij.
8. Breng opnieuw aan de kook en laat op lage stand 20-25 minuten koken tot de linzen zacht zijn.
9. Roer regelmatig.
10. Breng de dahl op smaak met zout en peper.
11. Verwijder intussen de zaadlijsten uit de peper en snijd het vruchtvlees fijn.
12. Roer vlak voor serveren de spinazie in porties door de dahl.
13. Verdeel over kommen en bestrooi met de rode peper.

TIP: Door slim in te kopen, houd je linzen over. Rode gedroogde linzen zijn een veelzijdige en voordelige basisvoorraad. Ze vallen bij het koken een beetje uit elkaar, wat ze ideaal maakt voor gebonden soepen, curry's, stoofgerechten en pastasauzen. Bewaar ze luchtdicht, donker en droog.

BRON: [boodschappen.nl](https://www.boodschappen.nl)

