

Indická polévka z červené čočky

Ingredience:

250 g suché červené čočky
1 plechovka konzervovaných rajčat
500 ml vývaru
1 cibule
2 stroužky česneku
2 mrkve
Sůl
pepř
římský kmín
garam masala
chilli

Postup:

Na pánvi na oleji necháme zesklovatět cibuli a posléze i česnek. Přidáme římský kmín, garam masalu a opékáme, až se rozvoní. Přidáme čočku, mrkev a rajčata a zalijeme vývarem. Necháme vařit 15 minut. Polévku dosolíme a opepříme. Rozmixujeme tyčovým mixérem.

Zdobíme jogurtem a čerstvým koriandrem

