

Linsesuppe

Dal, eller linsesuppe, er med til alle måltider i Bangladesh, enten som siderett eller forret. Indere mener det er en indisk rett, men drar du til Bangladesh vil de si at det egentlig kommer fra Bangladesh. Hvem som har rett er vanskelig å si.

Dette trenger du til ca. 2-3 porsjoner.

Ingredienser:

1 løk
2 krm spisskummen
2 krm korianderfrø
2 fedd hvitløk
2 gulrøtter - finhakket
2 stangselleri - finhakket
1l vann
2,5dl røde linser
1 krm chilipulver
1ts spisskummen
1ts paprikapulver
1ts gurkemeie
1stk laurbærblad
3 ss grønnsaksbuljong
salt

Slik gjør du det:

1. Stek løken myk i litt olje. Ha oppi spisskummenfrø, korianderfrø og hvitløk og stek videre mens du rører rundt i ca 1 minutt.
2. Tilsett resten av ingrediensene unntatt salt og la det småkoke under lokk i ca 20 min. S
3. Fjern laurbærbladet og mos ca halvparten av suppa med en stavmikser.

Kilde: klikk.no, kokk: Jane H. Johansen