

GRÜNTEE LINSEN CURRY MIT SCHNITTKNOBLAUCH

Zutaten Curry

- 1 EL [Ingwer](#)
- 2 EL [Zitronengras](#)
- 2 EL [Koriandergrün](#)
- 1 Knoblauchzehe, geschält und geviertelt
- 5 [Limettenblätter](#), getrocknet
- 2 TL [Curry grün](#)
- 1 EL Erdnussöl
- 600ml Kokosmilch
- 2 TL [Jalapeño grün](#)
- 4 EL [China Gunpowder BIO](#)
- Salz
- 250g Berglinsen
- 200g Blattspinat
- 1 Bund Schnittknoblauch, schräg in feine Scheiben geschnitten, die Blüten beiseitelegen

Zutaten Avocadocreme

- 1 Limette, Saft und abgeriebene Schale
- 2 TL Zucker
- 2 TL [China Gunpowder BIO](#)
- 1 TL [Koriandersamen](#)
- 1 EL Crème fraîche
- 1 reife Avocado
- Salz und Pfeffer aus der Mühle

Für das Curry Ingwer, Zitronengras, Koriander, Knoblauch, Limettenblätter und Curry im andünsten, mit der Kokosmilch ablöschen, Chili und Grüntee dazugeben und alles 15 Minuten köcheln lassen. Mit Salz abschmecken. Durch ein Sieb streichen. Linsen, Spinat und Schnittknoblauch dazugeben. Einmal aufkochen und abschmecken. Für die Avocadocreme Limettensaft und -schale mit Zucker und Grüntee aufkochen. Crème fraîche und Koriandersamen einrühren und 5 Minuten ziehen lassen. Durch ein Sieb streichen. Das Avocadofleisch mit der Limettencreme mixen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Curry in Schalen anrichten, Avocadocreme und Falafel daraufgeben und die Schnittknoblauchblüten darüberstiegen.

La Cucina

