

2 große Zwiebeln
1 große Karotte
3 Zehen Knoblauch
1 Staude Sellerie
3 Blätter Lorbeer
Viel Petersilie
1 Limette
1 Dose Tomaten stückig
3 EL Erdnusscreme oder eine Handvoll gehackte Erdnüsse
1 EL Currypaste nach Geschmack
1 TL Brühe und ~900ml Wasser
1 TL Kümmel
5cm Ingwer
(1 Chili)
150g Linsen (mit Kochzeit >30min)
1kg Süßkartoffeln

- Zwiebeln, Ingwer, Chili, Karotte, Knoblauch fein würfeln und in Öl andünsten, Lorbeer und Erdnüsse dazu
- Süßkartoffeln und Sellerie in Würfel (häppchengröße, vielleicht so 1-2cm) und ab damit in den Topf, gründlich andünsten
- Linsen dazu, noch mehr dünsten
- Dann Wasser, Brühe, Currypaste, Erdnusscreme, Kümmel dazu und aufkochen
- Köcheln lassen bis alles gar ist und die Konsistenz passt
- Zuletzt Petersilie und Limette rein
- Mit Joghurt auf den Teller, mehr Petersilie