Hoofdgerechten / India

Masoor Dal (rode linzensoep)

Gesplitste rode linzen die in minder dan dertig minuten tot gouden zijde smelten, ontmoeten dan een tarka van mosterdzaad, komijn en gedroogde chili die met een sissend geluid naar het oppervlak komt en een aroma dat de keuken vult voordat de lepel de kom bereikt.

Tijd 35 min **Personen** 4

Dit heb je nodig.

- ☐ 100 delen Rode splitlinzen (masoor dal), gespoeld
- ☐ 40 delen Rijpe tomaten, grof gehakt
- ☐ 30 delen Gele ui, fijngehakt
- ☐ 6 delen Gember-knoflookpasta
- ☐ 4 delen Tarka-kruiden (mosterdzaad, komijnzaad, gedroogde rode chili, kurkuma)
- ☐ 8 delen Mosterdolie of ghee (voor tarka)
- ☐ 5 delen Vers citroensap

Zo maak je het.

01 Combineer de gespoelde linzen, tomaten, gember-knoflookpasta en 2,5 delen water in een middelgrote pan. Voeg een snufje kurkuma toe. Breng op middelhoog vuur aan de kook en laat het vervolgens zachtjes koken. Kook onafgedekt gedurende 15-20 minuten, af en toe roerend, tot de linzen volledig in de tomaten zijn opgelost en het mengsel dik en glad is. Tijdens het koken verkleuren de linzen van oranjerood naar goudgeel.

02 Verhit de mosterdolie in een kleine pan of pollepel op hoog vuur tot het licht begint te roken (het rookpunt neutraliseert de harde, rauwe smaak van mosterdolie). Voeg mosterdzaadjes toe en wacht tot ze knappen en sputteren. Voeg komijnzaad toe; ze worden binnen 10 seconden donkerder. Voeg gedroogde rode chili toe en bak 5 seconden. De hele tarka gebeurt in minder dan 30 seconden – zorg ervoor dat alle kruiden zijn gemeten en klaar zijn voordat u de olie verwarmt.

03 In dezelfde dalpot, als u de rauwe ui toevoegt, bak deze goudbruin in 1 eetlepel olie en combineer hem dan met de dal. Giet de zinderende tarka in één beslissende beweging rechtstreeks over het oppervlak van het dal. De olie zal met een dramatisch gesis het dal raken. Roer om op te nemen. Voeg citroensap toe, proef en pas het zout aan. De zuurgraad verheldert en tilt het hele gerecht op. Voeg het aan het einde toe, nooit tijdens het koken.

Recept & herkomst ForkRecipe Kitchen / ForkRecipe / FoodML and contributors / CC BY-SA 4.0.
Oorspronkelijk recept en bronvermelding CC BY-SA 4.0
Nederlandse tekst automatisch vertaald; niet culinair nagekeken.
Porties zijn een richtwaarde; controleer de hoeveelheden in het bronrecept.
recipes.dvs-services.be / masoor-dal