

**ZUBEREITUNGSZEIT: 10 MIN | KOCHZEIT: 35 MIN |  
PORTIONEN: 3**



## ZUTATEN

450 g Süßkartoffeln  
1 rote Paprikaschote  
2 Knoblauchzehen  
2 mittelgroße Zwiebeln  
1 EL Olivenöl  
2 EL Tomatenmark  
200 g rote Linsen  
500 ml Kokosmilch  
250 ml Gemüsebrühe

**Gewürze:**  
2 TL Currypulver  
2 TL Kurkuma  
1 TL Garam Masala  
Salz und Pfeffer



## ZUBEREITUNG

Die Süßkartoffeln und die Parika in Würfel schneiden. Knoblauch schälen und Zwiebeln klein schneiden.

Olivenöl in einem großen Topf erhitzen und darin die Zwiebeln glasig anschwitzen. Den Knoblauch pressen und kurz mitbraten. Dann die gewürfelten Süßkartoffeln und Paprika hinzugeben.

Tomatenmark und Gewürze hinzugeben und kurz mit anbraten. Nun die Linsen hinzufügen und mit Kokosmilch und Gemüsebrühe aufgießen. Das Ganze ca. 25 Minuten köcheln lassen.