

Curry di lenticchie rosse

250 gr di lenticchie rosse (decorticate)
mezzo cucchiaino di curcuma macinata
1 cucchiaino di paprika dolce
mezzo peperoncino verde fresco
2 cucchiai di ghee (burro chiarificato)
1 cucchiaino di semi di cumino
3 foglie di alloro
sale
1 cucchiaino di zucchero di canna
1 cucchiaino di garam masala

Cuocere le lenticchie nell'acqua in modo che l'assorbano quasi tutta. Quelle decorticate ci mettono una ventina di minuti.

Unire alle lenticchie la curcuma e la paprika, cuocere ancora 10 minuti e tenere da parte.

Scaldare il ghee e rosolare per un minuto il peperoncino tagliato a fettine (semini compresi), il cumino, l'alloro. Poi aggiungere le lenticchie, salare, aggiungere anche lo zucchero e il garam masala, insaporire un paio di minuti e servire con riso o pane indiano.

Le lenticchie sono molto presenti nella cucina indiana, soprattutto per i vegetariani.

Si chiamano **dal**. Queste rosse, che cuocendo diventano gialle e sono sbucciate si chiamano masoor dal.

