

*Linse mit einer pikanten Tomatensosse und Wachtelei
Man sollte die Vegi-Küche nicht unterschätzen - besonders nicht die indische!*

140 g schwarze, grüne oder braune Linsen in **Wasser** in 20 Minuten weich köcheln und abgiessen. **8 Wachteleichen** in fünf Minuten hart kochen, kalt spülen und schälen.

1 Schalotte, 1 Knoblauchzehe und **1 Peperoncino** zusammen fein schneiden. In einem Topf **Butter** schmelzen und die drei Zutaten mit **Kreuzkümmel, Garam Masala, Ingwer** und **Kurkuma** anrösten. **1 mittlere Dose Pelati, ½ TL Harissa** und **1 Schuss Halbrahm** zugeben und einige Minuten einköcheln.

1 Bund Koriander schneiden und mit den Linsen zur Tomatensosse geben. Anrichten und die Eichen, halbiert, obenauf setzen!

