

## *Herzhafter Blumenkohleintopf (Gobhi Masala)*

### *La Mise en Place:*

**1 Zwiebel, 1 Stück Ingwer, 1 Tomate, 1 mehligkochende Kartoffel, 1 Bund Koriander, 1 kleiner Blumenkohl, Olivenöl, 1 Lorbeerblatt, 1 Zimtstange, 1 TL Kreuzkümmel, ½ TL Cayenne, 1 dl Kokosmilch, 1 EL Tomatenpüree, 1 dl Kokosmilch, 1 TL Garam Masala**

### *Die Vorbereitung:*

Die Zwiebel fein hacken und den Ingwer reiben. Tomate und Kartoffel in feine Würfelchen schneiden. Den Koriander hacken. Den Blumenkohl in Röschen teilen. Den Strunk schälen und quer in feine Scheiben schneiden. Die zarten Blätter grob hacken.

### *Die Zubereitung am Herd:*

In einem Topf Olivenöl erhitzen. Lorbeerblatt, Zimtstange und Kreuzkümmel 30 Sekunden anbraten. Die Zwiebel zufügen und unter gelegentlichem Rühren drei Minuten zart anbräunen. Ingwer, ½ EL Koriander, Cayenne, Tomate, Kokosmilch, ½ dl Wasser und Tomatenpüree einrühren.

Den Blumenkohl und die Kartoffel in den Topf geben. Behutsam vermischen und einmal aufkochen. Zugedeckt bei niedriger Temperatur 18 Minuten köcheln, bis das Gemüse gar ist. Kokosmilch, Garam Masala *und die Hälfte des restlichen Koriandergrüns* untermischen.

### *Die Vollendung:*

Das Gericht anrichten, mit dem restliche Koriandergrün bestreuen und sofort servieren.

### *Das passt dazu:*

Ein Reisgericht und ein Chutney runden den Eintopf ab

