

Aloo Dal

(Crema indiana di lenticchie e patate)

350 g di lenticchie rosse
4 patate piccole
2 pomodori maturi
1 cipolla rossa
un cucchiaio e mezzo di ghee
1 spicchio d'aglio
6 bacche di cardamomo (solo i semi)
½ cucchiaino di curcuma
cumino
coriandolo
cannella
due cucchiaini di semi di senape
6 foglie di curry (ma se non le avete 1/2 foglia di alloro)
mezzo peperoncino
½ cucchiaino di tamarindo o di succo di limone

Ponete le lenticchie in un colino e lavatele sotto l'acqua corrente.

Pelate le patate e tagliatele a pezzi

Tagliate la cipolla a metà: una parte a pezzettoni, l'altra tenetela da parte

Lavate il pomodoro e tagliatelo grossolanamente

In una pentola ponete le lenticchie, il pomodoro, la cipolla. Coprite con 1 litro e mezzo d'acqua.

Fate cuocere per circa 25 minuti o comunque fino a quando le lenticchie si disfano.

Scaldare il ghee e unire la cipolla affettata molto sottilmente, l'aglio, tutte le spezie.

Quando i semi cominciano a scoppiettare versate nella pentola delle lenticchie, aggiungete tamarindo o limone, peperoncino.

Frullate il composto, regolate di sale.

Servire con chapati (o semplicemente crostini)

La quantità di spezie e peperoncino dipende dai gusti personali

Mezzo bicchiere di latte di cocco (o un po' di cocco grattugiato da soffriggere con le spezie)

rende il sapore ancora più "tipico".

Per 4 persone