

Kadhi

Zutaten:

3 Knoblauchzehen
1 grüne Chili
2 kleine Zwiebeln
1 cm Ingwer
2 EL Senföl
1 TL Bockshornkleesamen
1 1/2 TL Kreuzkümmelsamen
1 TL schwarze Senfsamen
1/4 TL Asafoetida
2 EL Tomatenmark
100g Erdäpfel
100 g Joghurt
700 ml Wasser
50 g Kichererbsenmehl
1 TL Salz



Zubereitung:

Knoblauch, Chili und Zwiebeln fein schneiden, Ingwer würfeln. Senföl in einem Topf erhitzen und darin Bockshornkleesamen, Kreuzkümmel und Senfsamen anbraten. Sobald die Senfsamen anfangen im Topf zu springen, Knoblauch, Ingwer, Chili und Zwiebeln dazugeben. Anbraten, bis die Zwiebeln glasig sind. Erdäpfel dazu geben und ebenfalls kurz anbraten. Asafoetida und Tomatenmark hinzufügen und bei niedriger Hitze köcheln lassen. In einer Schüssel Joghurt, Wasser und Kichererbsenmehl gründlich vermengen. Dafür am besten einen Schneebesen verwenden. Man sollte vermeiden, dass sich beim Mischen Klumpen bilden.

Die Mischung mit dem Schneebesen in den Ansatz im Topf einrühren und auf niedriger Hitze für 20–25 Minuten köcheln lassen. Dabei regelmäßig umrühren. Zum Schluss nach Bedarf salzen.