



## Kürbiscurry mit roten Linsen

### Zubereitung

- Die Zwiebel fein würfeln und in Bona Pflanzenöl anschwitzen. Die gehackte Knoblauchzehe hinzugeben und Garam Masala darüberstreuen.
- Den Hokkaidokürbis schälen, halbieren, entkernen, in kleine Würfel schneiden und mit der Zwiebel anrösten. Die roten Linsen hinzugeben und mit Kokosmilch oder Schlagobers und Orangensaft aufgießen.
- Salz, Pfeffer und Chili hinzufügen und alles weichkochen.
- Je nach Bedarf mehr Flüssigkeit zugeben oder mit Mehl binden.

**Tipp:** Mit Basmati Reis servieren!

**Das Rezept (mit Foto) stammt von BONAfamilie-Fan Markus Ebenhoch.**

### Zutaten

#### für 4 Personen

- 1 große Zwiebel
- 1 gehackte Knoblauchzehe
- 1 TL Garam Masala
- 1 kleiner Hokkaidokürbis
- 1 Tasse rote Linsen
- Etwas Kokosmilch oder Schlagobers und Orangensaft
- Bona Pflanzenöl
- Salz, Pfeffer, Chili