

Dal tarka (dhal indiano con lenticchie rosse e piselli gialli)

Preparazione: —	Cottura: —	Porzioni: —	Difficoltà: Media
-----------------	------------	-------------	-------------------

Ingredienti

Procedimento

Piselli gialli spezzati (chana dal)	85 g	• Mettere i legumi in una ciotola/pentola e lavarli in diverse acque. Scolare.
Lenticchie rosse decorticate	85 g	• Aggiungere la curcuma e l'acqua, mescolare, portare a bollore, poi abbassare e far sobbollire per 40-45 minuti (oppure 15 minuti in pentola a pressione con coperchio + altri 15 minuti senza coperchio).
Curcuma	1/2 cucchiaino	• Quando sono morbidi, unire il sale, spegnere il fuoco e coprire.
Acqua	900 ml (1 litro e 1/4)	• In una padella scaldare l'olio a fuoco medio-alto. Quando è caldo aggiungere i semi di cumino e il peperoncino. Quando il peperoncino scurisce (pochi secondi) aggiungere l'aglio.
Sale	1-1,25 cucchiaini	
Olio	2-3 cucchiaini	• Quando l'aglio è leggermente dorato, versare tutto nel composto di dal, mescolare e rimettere il coperchio per qualche minuto, per far assorbire gli aromi.
Semi di cumino	1/2 cucchiaino	
Peperoncini rossi secchi	2	
Aglio	1 spicchio	

Note della nonna: Ottimo con riso, patate/cipolle saltate e insalata di pomodoro e cetriolo.