

## KARTOFFEL- BLUMENKOHL-CURRY (ALU GOBHI)

**Vor- und zubereiten: ca. 45 Min.**

1	Esslöffel Bratbutter
1	Zwiebel, fein gehackt
½	Esslöffel Ingwer, fein gerieben
1	Teelöffel Kreuzkümmelpulver
1	Teelöffel Kurkuma
1	Lorbeerblatt
700 g	Blumenkohl, in Röschen
4	mehlig kochende Kartoffeln, in ca. 2 cm grossen Würfeln
<hr/>	
1 dl	Wasser
2	Tomaten, in Würfeln
3	Esslöffel Joghurt nature
1½	Teelöffel Salz
2	Teelöffel Garam Masala (siehe Hinweis)

**1** Bratbutter warm werden lassen, Zwiebel und Ingwer andämpfen. Kreuzkümmel, Kurkuma und Lorbeer ca. 1 Min. mitdämpfen. Blumenkohl und Kartoffeln begeben, ca. 2 Min. weiterdämpfen.

**2** Wasser dazugiessen, aufkochen, Hitze reduzieren. Tomaten und Joghurt daruntermischen, salzen, zugedeckt ca. 20 Min. köcheln. Lorbeerblatt entfernen, Garam Masala daruntermischen.

**HINWEIS** Garam Masala ist eine indische Gewürzmischung und in grossen Coop Supermärkten erhältlich.

