

## Dhal (Inde)

200 g de lentilles corail  
1 petite boîte de tomates concassées  
1 oignon finement haché  
3 gousses d'ail écrasées  
4 cm de gingembre frais râpé  
2 cuillères à soupe d'huile végétale  
1 cuillère à café de cumin moulu  
1 cuillère à café de curcuma  
1 cuillère à café de coriandre en poudre  
1 piment vert finement haché (ajustez selon votre goût)  
400 ml de lait de coco  
400 ml d'eau  
Sel au goût  
Jus de citron frais  
Coriandre fraîche, pour garnir

1. Rincez les lentilles corail à l'eau froide et égouttez-les.
2. Dans une casserole, faites chauffer l'huile végétale à feu moyen. Ajoutez l'oignon, l'ail, le gingembre et le piment vert. Faites sauter pendant environ 2 minutes.
3. Ajoutez le cumin, le curcuma et la coriandre. Mélangez bien.
4. Ajoutez les lentilles corail dans la casserole et mélangez-les avec les épices et l'oignon pendant environ 1 à 2 minutes.
5. Versez les tomates, le lait de coco et l'eau dans la casserole. Portez à ébullition, puis réduisez le feu à doux et laissez mijoter pendant environ 20 à 30 minutes, jusqu'à ce que le mélange ait épaissi. Remuez de temps en temps pour éviter que les lentilles n'attachent au fond de la casserole.
6. Assaisonnez le dhal avec du sel selon votre goût. Si vous le souhaitez, ajoutez un filet de jus de citron frais pour apporter une note acidulée.
7. Retirez du feu et garnissez le dhal de coriandre fraîche avant de servir.
8. Servez chaud accompagné de riz basmati ou de naans (voir la section pain).