

## Indisches Brot-Upma

### Zutaten: (für 4 Personen)

- 6 Scheiben alte Brot – in Würfel geschnitten
- 2 EL Öl
- 1 TL Senfsamen
- ½ TL Kreuzkümmelsamen
- 1 mittelgrosse Zwiebel, fein gehackt
- 1 grüne Chili, fein gehackt (optional)
- 1 TL Ingwer, fein gehackt
- 6 bis 7 Curryblätter
- 2 Tomate, fein gehackt
- ¼ TL Kurkumapulver
- ¼ TL rotes Chilipulver (optional)
- 1 EL frische Korianderblätter, gehackt
- Salz zum Würzen

### Zubereitung:

Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Senfsamen hinzufügen braten bis sie knistern und aufpoppen. Dann die Kreuzkümmelsamen hinzufügen und umrühren bis sie ebenfalls knistern und ihre Farbe ändern.

Die gehackte Zwiebel hinzufügen und auf niedriger bis mittlerer Hitze die Zwiebeln dünsten bis sie glasig werden.

Die fein gehackte grüne Chili, den Ingwer und die Curryblätter hinzufügen. Umrühren und anbraten, bis das Aroma sich entwickelt – ungefähr 10 bis 12 Sekunden. Dann fein gehackte Tomaten hinzufügen.

Kurkumapulver und rotes Chilipulver hinzufügen. Gut vermischen und mit Salz nach Geschmack würzen.

Diese Mischung umrühren und anbraten, bis die Tomaten weich werden und sich das Öl an den Seiten absetzt. Die Tomaten müssen gut gekocht sein, sonst bleibt ein roher Geschmack. Es sollten auch keine Flüssigkeiten oder Feuchtigkeit in der Mischung sein, sie sollte leicht trocken sein. Andernfalls werden die Brotwürfel matschig.

Die Brotwürfel hinzufügen und alles gut untereinander mischen. Auf niedriger bis mittlerer Hitze alles 4 bis 5 Minuten anbraten, bis sie an den Rändern leicht knusprig werden. Auf diese Weise sind die Brotwürfel an den Rändern knusprig, während die Mitte der Würfel eine weiche Textur behält.

Zum Schluss die gehackte Korianderblätter hinzufügen und darüberstreuen.