

BHINDI BHAJI - Geschmorte Okraschoten mit Zwiebeln

450 g Okraschoten

3 EL öl

2 große Zwiebeln, feingehackt

1 TLSalz

1.) Okraschoten waschen, mit Küchenpapier trockentupfen.

2.) In 1 cm große Stücke schneiden.

3.) Öl in einem Karai (indischer Topf, ähnlich einem Wok) erhitzen und die Zwiebeln bei mittlerer Hitze schmoren, bis sie weich sind.

4.) Okraschoten und Salz dazugeben, vorsichtig umrühren und etwa 10-12 Min. schmoren, bis die Okraschoten gar sind. Dazu Reis und Linsen oder Paratha (ind. Brot) servieren.