

Der beste Herbst aller Zeiten

Kalt, grau, nass und windig: Es ist leicht, den Herbst als ungemütlich zu empfinden. Aber das muss nicht sein. Wir wollen hier mal etwas Herbst-PR versuchen und zeigen euch fünf unterschätzte Dinge dieser Jahreszeit.

🍊 1. Spaziergänge

Der Herbst eignet sich wunderbar für inspirierende Spaziergänge. Die Natur ist im Wandel und gibt mit einem wunderschönen Farbenspiel alles. Goldene Blätter, Kastanien und fleißige Eichhörnchen sorgen für eine tolle Atmosphäre. Also: Dick anziehen und die Kamera nicht vergessen.

🍊 2. Die eigenen vier Wände

Zuhause ist es manchmal doch am schönsten. Jetzt ist die beste Zeit für eine kuschelige Decke oder eine warme Badewanne. Dazu empfehlen wir Kerzen, eine Tasse Tee und ein spannendes Buch. Gemütlichkeit gehört zum Herbst einfach dazu.

🍊 3. Herbstliche Events

Heuwagenfahrten, Bauernmärkte, Lichterfeste, Konzerte und nicht zuletzt Halloween. Der Herbst wartet mit vielen interessanten Veranstaltungen auf. Egal ob kulinarisch, spannend oder gruselig: Hier ist für jeden Geschmack etwas dabei.

🍊 4. Herbstputz

Frühjahrsputz kann ja jeder, aber warum nicht jetzt mal ausmisten? Während der Kleiderschrank für die kälteren Tage ausgestattet wird, bieten sich Entstaubungsmaßnahmen und Aufräumaktionen an. So steht den gemütlichen Wochen nichts im Wege.

🍊 5. Essen

Bei der Herbstküche steht vor allem eins im Mittelpunkt: das Wohlfühlen. Die Zeit von Eintopf, Grünkohl & Co. hat begonnen und gilt auskosten zu werden. Wie wäre es beispielsweise mit einem leckeren Curry? Wir haben auf der nächsten Seite natürlich ein Rezept für euch.



Linzen Curry

Zutaten

- 250 g rote oder gelbe Linzen
- 2 Zwiebeln, fein gehackt
- 3 Knoblauchzehen, gehackt (nach Geschmack)
- 1 Stück Ingwer (ca. 2 cm), gerieben
- 1 Dose (400 g) gehackte Tomaten
- 1 Dose (400 ml) Kokosmilch
- 2 Esslöffel Currypulver
- 1 Teelöffel Kreuzkümmel
- 1 Teelöffel Kurkuma
- 1/2 Teelöffel Chilipulver (nach Geschmack)
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- 2 Esslöffel pflanzliches Öl
- Frischer Koriander zum Garnieren (optional)
- 1 Esslöffel Tomatenmark

Anleitung

1. Die Linzen gründlich unter kaltem Wasser abspülen. Abtropfen lassen und beiseite stellen.
2. In einem großen Topf das pflanzliche Öl bei mittlerer Hitze erhitzen. Die gehackten Zwiebeln hinzufügen und anbraten, bis sie glasig ist.
3. Den gehackten Knoblauch und geriebenen Ingwer hinzufügen und eine weitere Minute anschwitzen, bis sie duften.
4. Currypulver, Kreuzkümmel, Kurkuma, Chilipulver und Tomatenmark hinzufügen. Ein paar Minuten rühren, um die Gewürze anzurösten.
5. Die roten Linzen, gehackten Tomaten und Kokosmilch hinzufügen. Gut umrühren.
6. Die Mischung zum Kochen bringen und dann die Hitze reduzieren. Den Topf abdecken und etwa 25-30 Minuten köcheln lassen, bis die Linzen weich sind. Gelegentlich umrühren. Guten Appetit!

