

Rezept für Orientalische Linsensuppe

Zutaten für 4 Personen

- 1 Prise Salz
- 1 Zwiebel
- 3 Karotten
- 1 Chilischote (rot)
- 200 g Linsen (rot)
- 1 EL Butter
- 1 EL Kurkuma
- 1 TL Curry
- 1 l Gemüsesuppe
- 1 Bund Koriander
- 2 EL Limettesaft
- 1 Becher Joghurt



Zubereitung

- Für die orientalische Linsensuppe zuerst die Zwiebel und die Karotten schälen und fein reiben. Die Chilischote der Länge nach halbieren, entkernen und fein hacken. Die Linsen in ein Sieb geben und kurz unter kaltem Wasser spülen.
- In einer Pfanne die Butter erhitzen. Zwiebel, Karotten und Chilischote darin andünsten. Dann Kurkuma, Currypulver, Suppe sowie die Linsen hinzufügen. Die Suppe etwa 15 Minuten zugedeckt kochen, bis die Linsen weich sind.
- Inzwischen den Koriander waschen und fein hacken. Die Suppe mit Salz und etwas Limonensaft abschmecken.
- Joghurt in einer Schale glatt rühren und leicht salzen. Zum Servieren die Suppe nochmals aufkochen und den Koriander unterrühren. In vorgewärmten Tellern anrichten und je 1 Esslöffel Joghurt auf die Suppe geben.