



GEWÜRZE  
DER WELT



Rezeptkarte N° 64

# Linsensuppe mit Bio Orient-Curry



10 Minuten



20 Minuten



30 Minuten

## Zutaten



### **Olivenöl**

2 Knoblauchzehen, grob gehackt



### **2 EL Orient-Curry**

200 g rote Linsen



### **1 l Gemüsebrühe**

200 g Champignons, in Scheiben geschnitten

1 große Kartoffel, klein gewürfelt

1 große Karotte, klein gewürfelt

1 Stück Sellerie, klein gewürfelt

1 Stück Lauch, in feine Halbringe geschnitten

1 Tomate, klein gewürfelt



### **Schwarzer Pfeffer**



### **Meersalz**

1 große Handvoll Brunnenkresse, gründlich gewaschen und fein gehackt

## Rezept

In einem großen Topf 2 EL Öl erhitzen und den Knoblauch darin kurz anbraten. Das Curry unterrühren und 1 Minute dünsten. Linsen und Gemüsebrühe hinzugeben und 20 Minuten mit geschlossenem Deckel kochen, bis die Linsen weich sind. Die Champignons in einer Pfanne mit etwas Olivenöl anbraten. Darauf achten, dass sie sich nicht berühren, damit sie schön trocken gebraten werden. In ein Schälchen geben. Die Pfanne auswischen, Olivenöl darin erhitzen und Kartoffel, Karotte und Sellerie kräftig anbraten. Sie sollten eine goldbraune Farbe annehmen. Den Lauch hinzufügen und etwas Linsenwasser angießen, nochmals 4 Minuten köcheln. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ein Viertel der Linsen in die Gemüsepfanne geben. Die Linsen im Topf mit der Hälfte der gehackten Brunnenkresse fein pürieren und abschmecken. Das Gemüse mit den Tomaten in die pürierte Suppe geben, nochmals erhitzen und abschmecken. Mit den Pilzen servieren.

**Guten Appetit!**