



## Rote Linsensuppe

### Zutaten für 4 Personen:

200 g rote Linsen  
1 rote Zwiebel  
1-2 Möhren  
2 rote Paprika  
1 EL gelbe Currypaste  
1 EL Öl  
1 TL Currypulver (z.B. Curry Madras von Just Spices\*)  
1 TL Ingwer, frisch  
750 ml Gemüse- oder Hühnerbrühe  
1 Dose Kokosmilch (400 ml)  
1/2 TL Salz

### Zubereitung:

Zwiebel in feine Würfel schneiden und in einem Topf mit Öl anschwitzen. Ingwer sehr fein hacken und zusammen mit der Currypaste und dem Currypulver zugeben, ebenfalls anschwitzen. Paprika und Möhren in grobe Stücke schneiden und mit den übrigen Zutaten in den Topf geben (Linsen vorab kurz abspülen).

Die Suppe für 40 Min. leicht köcheln lassen, anschließend fein pürieren.

### Zubereitung mit dem Thermomix:

Zwiebel + Ingwer 5 Sek./ Stufe 5 zerkleinern, mit dem Spatel nach unten schieben. Öl, Currypaste + Currypulver zugeben und 2 Min./ 100°C anschwitzen. Möhre + Paprika zugeben 5 Sek. / Stufe 5 zerkleinern. Alle übrigen Zutaten in den Mixtopf geben (Linsen vorab kurz abspülen) und 40 Min./ 100°C / Stufe 2 kochen. Die Suppe anschließend 25 Sek./ Stufe 10 pürieren.

### Tipp:

Toppe deine Suppe mit einem Klecks Schmand oder Griechischem Joghurt und serviere dazu mein fixes Pfannenbrot.



*Guten Appetit und gutes Gelingen wünscht LelaLecker eure Küchenfee aus Hohenlohe!*

[www.lalalecker.de](http://www.lalalecker.de)