

Gelbe Linsensuppe

Winter

4 Portionen

Zutaten

3 Zwiebeln	1 EL Tomatenmark
2-3 Möhren	1 EL Olivenöl
2-3 Kartoffeln	1 Stgl. Frische Pfefferminze oder
150 g gelbe Linsen	2 EL getrocknete Pfefferminze
750 ml Gemüsebrühe	Saft einer ½ Zitrone
1 TL Kurkuma	Salz, Pfeffer
2 TL Öl	

1. Zwiebeln, Möhren und Kartoffeln schälen und klein schneiden und Gemüsebrühe (Instant) vorbereiten.
2. Kurkuma in Öl kurz anbraten, dann Zwiebeln, Möhren und nach und nach Kartoffeln zugeben, mit der Gemüsebrühe auffüllen. Anschließend die Linsen zufügen und ca. 30 Minuten köcheln lassen.
3. Zwischenzeitlich das Tomatenmark in Öl kurz anbraten. Zur Suppe hinzufügen.
4. Pfefferminzblätter abzupfen, klein schneiden und zur Suppe geben. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

✓ **Tipp:** Nicht verwendete frische Pfefferminze schmeckt als Tee oder kann geschnitten gut eingefroren werden