

Linsensuppe

aus dem Libanon

Die arabische Linsensuppe ist traditionell für den Libanon. Sie ist sehr gesund, da sie wenig Fett hat. Die Suppe wird normalerweise als Vorspeise in der kalten Jahreszeit gegessen.

Die Suppe erinnert mich an meine Familie, an unsere Treffen und unser Beisammensein. Besonders erinnere ich mich an die Ramadanfeste im Kreise der Familie und der Nachbarschaft.

Zutaten:

- eine Tasse getrocknete Linsen
- eine Kartoffel
- eine mittlere Zwiebel
- Rapspeiseöl
- Salz & schwarzer Pfeffer (abschmecken)

Die Linsen und die Kartoffel kochen und dann gemeinsam pürieren. In einem anderen Topf die kleingehackte Zwiebel mit dem Rapsöl anbraten, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dann das Linsen-Kartoffel-Püree in den Topf mit den angebratenen Zwiebeln geben und Wasser hinzufügen bis die Suppe fertig ist.

Als Dekoration kann man Petersilie auf die einzelnen Portionen geben.

Falls gewünscht kann die Suppe individuell mit Zitrone und/oder Kümmel gewürzt werden.

Dazu reicht man arabisches Brot als Beilage.