

# Rote Linsensuppe

Suppen gehören bei uns schon immer zum festen Speiseplan, ob als Vorsuppe oder Hauptmahlzeit.

Wir probieren auch immer gerne neue Suppen aus und so sind wir vor 2 Jahren auf diese Suppe gestoßen, die uns sehr gut gefällt. Sie ist schnell und unkompliziert zuzubereiten, ist eine vollwertige Mahlzeit und kommt auch mal ohne Fleisch aus.

## Zutaten:

- 400 g rote Linsen
- 2 Liter Gemüsebrühe
- 3 EL Tomatenmark
- 2 Zwiebeln, gewürfelt
- 1 Bd. Suppengemüse
- 2 EL Olivenöl
- 2-3 EL Petersilie, gehackt
- Pfeffer, Salz
- Paprikapulver scharf
- ggf. Knoblauch und Curry
- 1 Lorbeerblatt

## Zubereitung:

Die Zwiebeln im Olivenöl anschmoren, Tomatenmark und grob gewürfeltes Suppengemüse dazu geben, kurz mit andünsten und mit der Gemüsebrühe ablöschen.

Linsen und Lorbeerblatt hinzufügen, aufkochen und 15 – 20 Minuten köcheln lassen.

Pürieren und kräftig mit den Gewürzen abschmecken.

Vor dem Servieren mit der Petersilie bestreuen.

Gut dazu schmecken auch geröstete Weißbrotwürfel oder gewürfelter Schafskäse.

Diese Suppe stammt von Christiane Schmidt.