

Linsen-Curry Suppe

Pakistan/Kanada/Deutschland

In Pakistan hat diese Suppe ihr würziges Fundament bekommen, in der warmen kanadischen Küche für die kalte Winterzeit angepasst und in Deutschland verfeinert.

Diese Suppe, ursprünglich ein Curry, wird von meinem besten kanadischen Freund zubereitet um Gäste zu beeindrucken. Deshalb erinnert mich die Suppe an neue Begegnungen, aber auch an die Stabilität einer alten Freundschaft.

Zutaten:

- 3 Esslöffel Sonnenblumöl
- 3 Zwiebeln
- 2 cm Stück Ingwer, fein gewürfelt
- 1 Glass Tomatenpassata (500 mL)
- 500mL Wasser
- 2 Teelöffel Kreuzkümmel (gemahlen)
- 2 Teelöffel Zimt
- 1 Teelöffel Kurkuma
- 1 Esslöffel Paprika (gemahlen)
- 1 Esslöffel Koriander
- 250 mL rote Linsen
- 3 Esslöffel Salz
- 3 Esslöffel Erdnussbutter
- 3 Zehen Knoblauch, fein gewürfelt
- 2 Esslöffel Schwarzkümmel
- 2 Esslöffel Zitronensaft
- Salz und Öl zum Abschmecken

Zubereitung:

1. Zwiebeln mit Öl und Ingwer 5 Minuten anbraten.
2. 3 Esslöffel vom Tomatenpassata und Kreuzkümmel, Zimt, Kurkuma, Paprika und Koriander hinzufügen. 5 Minuten kochen lassen, dann das restliche Passata und Wasser hinzufügen.
3. Linsen hinzufügen und Suppe hoch erhitzen bis das Wasser kocht. Wenn das Wasser kocht, Hitze reduzieren und 20 Minuten kochen lassen.
4. Salz, Erdnussbutter, Knoblauch, Schwarzkümmel und Zitronensaft dazugeben und 5-10 Minuten kochen.
5. Mit Salz und Öl abschmecken.

Adam Ruebsaat-Trott und Klaas Rüggerberg / Marburg