

Februar Rezept



Meine indische Lieblings-Suppe für kalte Tage!

Diesmal für ca. 4 Personen, oft lohnt es sich nicht zu kleine Portionen Suppe zu kochen.

| | |
|---|---|
| 25 Gr. Butter oder Öl | In der Pfanne erhitzen |
| 2 Knoblauchzehen 1 Zwiebel 1 Tl Kurkuma, 1 Tl Garam Masala, 1 Tl Chillipulver, 1 Tl gemahlene Kreuzkümmel, falls es für sie einfacher ist, können sie ihr liebste Currypulver benutzen. | die Zutaten im Öl andünsten, bis es gut und intensiv riecht! |
| 1 Kg Tomaten aus der Dose 6 dl Gemüsebrühe und ein Tl Zitronensaft | Damit ablöschen |
| 175 Gr rote Linsen dazugeben | Köcheln lassen bis die Linsen weich sind. |
| 3 dl Kokosmilch | Zum verfeinern |
| Eventuell mit etwas Salz und Pfeffer nachwürzen. Ich serviere diese Suppe mit einem Zitronenschnitz und etwas Korianderblätter oder Peterli. | |

E Guete