Rote Linsensuppe mit Kreuzkümmel

Raffiniertes Rezept mit exotischen Zutaten: Rote Linsensuppe mit Kreuzkümmel, Ingwer und Kokosmilch.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 25 min

Gesamtzeit: 45 min



Zutaten

420 g	Linsen (rot)
1 Stk.	Zwiebel
1 Stk.	Knoblauchzehe
1 Stk.	Tomate
1 EL	Butter
1 Tupfer	Schlagobers
1 Schuss	Kokosmilch
1 Stk.	Ingwer
1 Prise	Kreuzkümmel
1 Prise	Curry
1 Prise	Meersalz
1 Prise	Pfeffer
1 TL	Currypaste
1 Prise	Koriander
1 Messerspitze	Thymian

Zubereitung

1. Für die **Rote Linsensuppe mit Kreuzkümmel** zuerst den Knoblauch und die Zwiebeln schälen und fein hacken, die Tomaten in kleine Stücke schneiden. Anschließend Butter in einem Topf aufschäumen und den Knoblauch und die Zwiebelstücke kurz anschwitzen, sie sollen farblos bleiben.

2. Jetzt den geriebenen Ingwer zu der Mischung hinzufügen. Das Ganze mit Wasser auffüllen, die roten Linsen untermengen und mit Curry, Currypaste, Kreuzkümmel, Pfeffer und Salz würzen.

3. Nun die Tomatenstücke dazugeben und die Suppe für etwa 20 Minuten auf niedriger Flamme einköcheln lassen.

4. Danach den Thymian in Stücke hacken und mit Obers und ein bisschen Kokosmilch in die Suppe geben und mit dem frischen Koriander in vorgewärmte Teller füllen und servieren.

Tipp

Die rote Linsensuppe schmeckt auch mit Tofuwürfeln sehr gut.