



LOOSDORFER  
VITALKÜCHE

# Rote Linsensuppe

## Zutaten (4 Portionen):

1 Zwiebel  
3 Erdäpfel  
4 Karotten  
2 Paprika  
200g rote Linsen  
200g Tomatenmark  
Zitronensaft  
3/4 l Gemüsebrühe  
Gewürze: Kräutersalz, Pfeffer, Chili, Kreuzkümmel



## Zubereitung:

- 1) Karotten, Erdäpfel, Paprika und Zwiebel sehr fein würfeln und in einem Topf glasig anbraten
- 2) Linsen und Tomatenmark zugeben und kurz mitbraten
- 3) Gemüsebrühe dazugeben und bei schwacher Hitze und geschlossenem Deckel circa 10 Minuten köcheln lassen, bis die Linsen weich sind
- 4) Die Suppe pürieren und mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Kreuzkümmel abschmecken

*Wir wünschen gutes Gelingen!*

MARKTGEMEINDE

**Loosdorf**

