



Lauch-Topf mit roten Linsen und Cabanossi

Zutaten

- 100 g Cabanossi
- 200 g Lauch
- 2 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 800 ml Wasser
- 100 g rote Linsen
- 1 Beutel Maggi Für Genießer Lauch Cremesuppe
- 1 EL Schnittlauchröllchen
- etwas MAGGI Würze

Zubereitung

1. Cabanossi in dünne Scheiben schneiden. Lauch putzen, waschen und in Ringe schneiden.
2. In einem Topf THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen. Cabanossi und Lauch darin ca. 5 Min. anbraten.
3. 500 ml Wasser zugießen. Linsen zugeben und bei geringer Wärmezufuhr zugedeckt 15 Min. garen.
4. 300 ml kaltes Wasser zugießen MAGGI Für Genießer Lauch Cremesuppe einrühren. Unter Rühren heiß werden lassen und 3 Min. kochen lassen.
5. Die Suppe nach Belieben mit MAGGI Würze würzen und abschmecken und mit Schnittlauchröllchen garniert servieren.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	27 g
Energie	404 kcal
Fett	25 g
Protein	16 g

🕒 34 Minuten

⊕ 3 Portionen