



Ezogelin Corbasi - Brautsuppe

Zutaten

- 300 g gelbe Linsen
- 1 EL Olivenöl
- 1,5 l Wasser
- 3 TL MAGGI Bio Gemüse Bouillon
- 60 g 10-Minuten-Reis
- 1 Beutel MAGGI Herzensküche Würzpaste für pikantes Chili
- 2 Stängel Minze
- 150 g Joghurt, 10% Fett

Zubereitung

1. Linsen waschen, abgießen und abtropfen lassen. In einem Topf Olivenöl heiß werden lassen. Die Linsen zugeben. Wasser zugießen. MAGGI Ideen vom Wochenmarkt Gemüse Bouillon darin auflösen. Zum Kochen bringen.
2. 10-Minuten-Reis in den Topf geben. Linsen und Reis nach Packungsangabe ca. 15 Min. weich kochen. Würzpaste einrühren und heiß werden lassen.
3. Minze waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken. Unter die Suppe rühren. Joghurt als Topping auf der Suppe verteilen und servieren. Dazu Fladenbrot reichen.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	36 g
Energie	259 kcal
Fett	6 g
Protein	14 g

🕒 28 Minuten
⊕ 6 Portionen