



Rote Linsensuppe mit Gremolata

Zutaten

- 20 g Schalotten
- 200 g Zucchini
- 150 g gelbe Paprikaschoten
- 100 g Champignons, frisch
- 150 g rote Linsen
- 1 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 30 g HERTA Bacon Würfel
- 1 l Wasser
- 4 TL Maggi Klare Fleisch Suppe, Dose
- 50 ml Schlagsahne
- 1 Knoblauchzehe(n)
- 1 Salbeiblatt
- 0,25 TL Zitronenschale, abgerieben
- 3 EL Aceto Balsamico

Zubereitung

1. Schalotten schälen und in Würfel schneiden. Zucchini putzen, waschen und in kleine Würfel schneiden. Paprikaschoten waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in kleine Würfel schneiden. Champignons putzen und klein schneiden. Linsen waschen und abtropfen lassen.
2. In einem großem Topf THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen. HERTA Bacon Würfel darin 2 Min. anbraten. Gemüse zugeben und mitbraten. Die Linsen zugeben. Wasser zugießen. MAGGI Klare Fleisch Suppe darin auflösen, aufkochen und die Suppe zugedeckt bei geringer Wärmezufuhr ca. 10 Min. garen.
3. Für die Gremolata: Sahne halbsteif schlagen. Knoblauchzehe schälen und in kleine Würfel schneiden. Salbeiblatt waschen, trocken tupfen und klein schneiden. In einer kleinen Schüssel Knoblauch und Salbei mit Zitronenschale mischen und alles unter die Schlagsahne heben.
4. Die Linsensuppe mit Aceto Balsamico würzen und abschmecken und in Suppentellern anrichten. Auf jeden Teller etwas Gremolata geben. Dazu herzhaftes Bauernbrot servieren.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	22 g
Energie	232 kcal
Fett	10 g
Protein	13 g

🕒 30 Minuten

⊕ 4 Teller