

Rezepte (nicht nur) für die Fastenzeit



Rote Linsen-Curry-Orangensaft-Suppe

Zutaten für 4 Personen:

- 1 Zwiebel (klein gewürfelt)
- 250g rote Linsen *)
- 1 EL Currywürze *)
- 500ml Orangensaft *)
- 250ml Wasser
- 400ml Kokosmilch *)
- 1 EL Olivenöl
- 1 TL Salz
- 1 TL gekörnte Gemüsebrühe

Zubereitung:

1. Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebel andünsten
2. Die gewaschen Linsen und das Gewürzpulver zugeben
3. Orangensaft und Wasser zufügen und gut umrühren
4. Die Gemüsebrühe zugeben und mit Salz abschmecken
5. Alles ca. 15 Minuten Köcheln lassen

Guten Appetit

**) Diese Produkte haben wir in unserem EineWeltLaden*