

# Linsensuppe mit Mairüben

(4 Portionen)

**Dauer:** 45 Minuten

## Zutaten:

250g Mairüben  
200g rote Linsen  
2 Zwiebeln  
4 Knoblauchzehen  
Olivenöl  
1000ml Gemüsebrühe  
1 Chilischote  
Rosmarin, Thymian, Salz, Pfeffer  
1 TL Kurkuma  
Sahne nach Bedarf

## Zubereitung:

Zwiebeln, Knoblauch und Chili grob zerkleinern und im Suppentopf mit Olivenöl andünsten. Linsen und Kurkuma dazugeben und kurz mitdünsten. Mit Gemüsebrühe ablöschen, Kräuter dazugeben und alles aufkochen lassen. Anschließend alles auf mittlerer Hitze 20-25 Minuten köcheln lassen, bis die Linsen weich sind. Zum Schluss alles mit einem Stabmixer pürieren und nach Bedarf noch etwas Wasser hinzugießen.

Während es im Suppentopf köchelt, Mairüben schälen und in kleine Würfel schneiden. Olivenöl in einer Pfanne leicht erhitzen und die Mairübenwürfel unter Wenden ca. 10 Minuten andünsten und leicht mit etwas Salz würzen.

Zum Schluss die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken und nach Bedarf noch etwas Sahne dazugeben. Die Suppe in die Teller verteilen und anschließend die Mairübenwürfel darüber geben.

**Guten Appetit!**

