



Kretische Linsensuppe

Zutaten:

200 g Tellerlinsen

1 Zwiebel,

2 Tomaten, 1 Karotte, ½
Knoblauchzehe,

2 EL Tomatenmark, 800 ml
Gemüsebrühe ungesalzen, 2 Zweige
Thymian,

1 Lorbeerblatt, 2 EL Rotweinessig oder
Balsamessig, 1 kleines Stück
Zimtstange,

natives Olivenöl extra,

Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Zunächst Zwiebel, Tomaten und
Karotte in Würfel schneiden und in
etwas Olivenöl andünsten.

Anschließend die Linsen, das
Tomatenmark und den Zimt zugeben
und gut verrühren.

Nun mit der Gemüsebrühe auffüllen
und ca. 20 Min. köcheln lassen.

Nach 20 Min. Knoblauch,
Lorbeerblatt und Thymian zur Suppe
geben und nochmals ca. 10 Min.
köcheln lassen.

Zum Schluss den Essig in die Suppe
geben und abschmecken.