

Reis-Linsen Eintopf mit Curry

Ein herzhafter Eintopf für kalte Tage. Rezept für 4 Personen

Zutaten

400g	Gemüse gemischt in Würfeli (Rüebli, Lauch, Kabis, etc.)
2	kleine Zwiebeln gehackt
2EL	Olivenöl*
400 g	Bio Reis Linsenmischung*
2dl	Weisswein
1Liter	Gemüsebouillon*
1TL	Ingwer Essenz* (oder ein wenig Ingwer gehackt)
1 EL	Curry
1KL	grüne oder rote Currypaste
1TL	Zitronensaft
	Kräutersalz zum Abschmecken

Zubereitung

Gemüse und Zwiebeln mit dem Olivenöl in der Pfanne andünsten, Currypaste kurz mitdünsten. Mit Weisswein ablöschen und an schliessend Bouillon und Ingwer Essenz dazu geben.

Den Eintopf bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten kochen, bis die Linsen weich sind und Eintopf leicht sämig wird. Abschmecken mit Kräutersalz und Zitronensaft. Wer mag kann noch ein paar Tropfen Sesamöl dazu geben.

Dazu passt Randensalat.

*im Mühleladen erhältlich

Quelle: Barbara und Katja