

Kichererbsen-Linseneintopf

Für 4-6 Personen

1 EL Raps- oder Olivenöl	in einer weiten Pfanne warm werden lassen
2 ½ Bundzwiebeln inkl. grüner Teil, in feine Ringe geschnitten	
4 Karotten, in feinen Scheiben	zugeben, andämpfen
2 Dosen Kichererbsen (ca. 500 g), abgetropft, ab gespült	
200 g rote Linsen, kalt ab gespült	dazu geben und mitdämpfen
½ bis 1 EL Curry mild	würzen
8 dl Gemüsebouillon	dazu giessen, zugedeckt unter gelegentlichem Rühren ca. 12 Min. köcheln lassen, bis die Linsen weich sind
1 Zweig Pfefferminze	Blätter abzupfen und in feine Streifen schneiden, über die angerichtete Suppe streuen
Nach Belieben Naturjogurt	dazu servieren

Variante

200 g getrocknete Kichererbsen über Nacht in kaltem Wasser einweichen, abgiessen, abspülen, mit frischem Wasser 60-90 Minuten weichkochen, abgiessen und nach Rezept weiterverarbeiten