

Rezept

Gemüsetopf mit Nudeln und Linsen

Ein Rezept von Gemüsetopf mit Nudeln und Linsen, am 09.06.2026

Zutaten

100 g Bandnudeln	Salz
1 Knoblauchzehe	1 Möhre
2 Stangen Staudensellerie	1 EL Rapsöl
100 g gelbe Linsen	250 ml Instant-Gemüsebrühe
1 EL Aceto balsamico	1-11/2 TL Currypulver
Pfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min

Zubereitung

1. Die Bandnudeln in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsangabe bissfest garen.

2. Den Knoblauch schälen und durch die Presse drücken. Die Möhre putzen, schälen und in feine Würfel schneiden. Den Staudensellerie putzen, waschen und in sehr dünne Scheiben schneiden.

3. In einem Topf das Öl erhitzen und die Linsen darin unter Rühren bei starker Hitze kurz dünsten. Gemüse und Knoblauch dazugeben, kurz mitdünsten, dann mit der Gemüsebrühe ablöschen. Die Linsen bei schwacher Hitze zugedeckt in ca. 15 Min. garen. Die Bandnudeln in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.

4. Aceto balsamico und 1 TL Currypulver verrühren, mit den Nudeln unter das Linsengemüse mischen und alles mit Salz, evtl. noch Currypulver und Pfeffer erneut abschmecken.