

## Rezept

# Linsen-Wurzelgemüse-Eintopf

Ein Rezept von Linsen-Wurzelgemüse-Eintopf, am 12.06.2026

## Zutaten

<b>1</b> Knoblauchknolle	<b>250 g</b> Möhren
<b>250 g</b> Kartoffeln	<b>150 g</b> Knollensellerie
<b>1</b> Zwiebel	<b>1</b> grüne Paprikaschote
<b>3 EL</b> Olivenöl	<b>2 EL</b> Tomatenmark
je 1 TL mildes und scharfes Paprikapulver	<b>250 g</b> kleine grüne Linsen (Puy-Linsen)
<b>2 TL</b> getrockneter Thymian	<b>2</b> Lorbeerblätter
<b>2</b> Gewürznelken	<b>900 ml</b> Gemüsebrühe
<b>250 g</b> Chorizo-Würste (ersatzweise Cabanossi)	Salz
schwarzer Pfeffer	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 480 kcal

## Zubereitung

1. Den Backofen auf 180° (Umluft 160°) vorheizen. Knoblauchknolle in ein Stück Alufolie wickeln und auf den Gitterrost legen. Im Ofen (Mitte) ca. 30 Min. rösten. Herausnehmen und etwas abkühlen lassen.
2. Inzwischen Möhren, Kartoffeln, Sellerie und Zwiebel schälen und in kleine Stücke schneiden. Die Paprikaschote, halbieren, putzen, waschen und in Streifen schneiden.
3. Öl erhitzen, Gemüse darin unter Rühren ca. 5 Min. andünsten. Tomatenmark zugeben und kurz anrösten. Mit beiden Paprikapulvern bestreuen. Linsen, Gewürze und Brühe dazugeben, aufkochen lassen. Knoblauchknolle schälen, die weichen Zehen aus den Häutchen drücken, mit einer Gabel etwas zerdrücken und unter die Suppe rühren. Alles bei schwacher Hitze 20 Min. köcheln lassen.
4. Würste zugeben, weitere 5 Min. köcheln lassen, bis die Linsen gar (aber nicht verkocht) sind. Gewürze entfernen, Eintopf salzen und pfeffern.