

Rezept

Linsencurry

Ein Rezept von Linsencurry, am 23.04.2024

Zutaten

1 dicke Möhre	150 g Knollensellerie
2 Zwiebeln	3 Knoblauchzehen
150 g geschälte Tomaten (aus der Dose)	2 EL Olivenöl
1 EL Currypulver	1-2 TL Kurkumapulver
200 g braune Berglinsen	ca. 400 ml Gemüsebrühe
Salz	80 g Butter
100 g Sahne	ca. 100 g Crème fraîche
Korianderblättchen (nach Belieben)	

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 545 kcal

Zubereitung

1. Möhre und Sellerie putzen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und ebenfalls klein würfeln. Die Dosentomaten hacken.
2. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin glasig dünsten. Möhre und Sellerie dazugeben und 2-3 Min. mit andünsten. Mit Curry- und Kurkumapulver würzen. Linsen, Tomaten und Brühe dazugeben, umrühren und alles zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 1 Std. köcheln lassen.
3. Das Curry mit Salz abschmecken. Die Butter und Sahne unterrühren und kurz aufkochen. Das Linsencurry auf tiefe Teller verteilen und je 1 EL Crème fraîche daraufgeben. Nach Belieben mit Korianderblättchen garnieren.