

## Rezept

# Linsensuppe mit Lammfleisch

Ein Rezept von Linsensuppe mit Lammfleisch, am 16.12.2025

## Zutaten

<b>150 g</b>	braune Linsen	<b>1</b>	Gemüsezwiebel
<b>2</b>	Kartoffeln	<b>2</b>	Möhren
<b>400 g</b>	Lammfleisch (von der Haxe)	<b>2 EL</b>	Olivenöl
<b>1 EL</b>	Smen	<b>2</b>	Nelken
<b>1/4 TL</b>	grob gemahlener schwarzer Pfeffer	<b>1 TL</b>	grobes Salz

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 460 kcal

## Zubereitung

1. Die Linsen waschen und in der doppelten Menge Wasser 12 Std. einweichen.

---

2. Die Gemüsezwiebel schälen und grob hacken. Die Kartoffeln und die Möhren schälen und in etwa 2 cm große Würfel schneiden. Das Fleisch in mundgerechte Stücke schneiden.

---

3. Olivenöl und Smen in einem Topf erhitzen. Die Zwiebeln darin 3 Min. bei mittlerer Hitze anbraten.

---

4. Das Fleisch dazugeben und in 4 Min. rundherum braun anbraten. Mit Nelken, Pfeffer und Salz kräftig würzen.

---

5. Die Linsen mit dem Einweichwasser in den Topf geben. Mit 1 l Wasser aufgießen und aufkochen lassen.

---

6. Die Suppe zugedeckt bei mittlerer Hitze etwa 35 Min. köcheln lassen. Bei Bedarf etwas Wasser nachgießen.

---

7. Die Kartoffel- und Möhrenwürfel zur Suppe geben und alles zusammen weitere 20 Min. köcheln lassen.