

Rezept

Linsensuppe mit Würstchen im Glas

Ein Rezept von Linsensuppe mit Würstchen im Glas, am 28.06.2026

Zutaten

1 Schalotte	1 kleine Möhre (ca. 50 g)
40 g Lauch	1 EL Öl
Salz	1 Wiener Würstchen
100 g braune Linsen (aus der Dose)	2 Stiele Petersilie
1 EL Weißweinessig	Pfeffer
1 TL gekörnte Hühnerbrühe	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Glas (ca. 600 ml) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 320 kcal

Zubereitung

1. Die Schalotte abziehen und in feine Würfel schneiden. Die Möhre schälen, den Lauch putzen, längs halbieren und gründlich waschen. Beides in ca. ½ cm große Würfel schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und Schalotte und Gemüse darin bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. andünsten. Alles vom Herd nehmen und salzen. Das Würstchen in dünne Scheiben schneiden. Die Linsen in ein Sieb abgießen, kalt abbrausen und gut abtropfen lassen. Die Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden.
2. Zuerst das Gemüse in das Glas füllen. Dann nacheinander Würstchen und Linsen darüberschichten. Mit Essig beträufeln, salzen und pfeffern, mit Brühe und Petersilie bestreuen. Glas verschließen, (über Nacht) in den Kühlschrank stellen.
3. Zum Essen die Zutaten mit ¼ l kochendem Wasser übergießen. Verschlossen ca. 5 Min. ziehen lassen, dann die Suppe in einem tiefen Teller anrichten. Dazu schmeckt Vollkornbaguette.