Rezept

Linsensuppe mit Wurst und Kräutern

Ein Rezept von Linsensuppe mit Wurst und Kräutern, am 24.05.2025

Zutaten

1 Bund	Suppengrün
2	Knoblauchzehen
200 g	braune Linsen
200 g	Knoblauchwurst oder Wiener Würstchen
3 EL	Aceto balsamico
	Pfeffer
1	Tomate
2 EL	Olivenöl
1	1/4 l Gemüsebrühe
1 Bund	Rucola oder gemischte Kräuter
	Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 440 kcal

Zubereitung

1. Das Suppengrün waschen, putzen und fein schneiden. Die Tomate waschen und klein würfeln. Knoblauch schälen und hacken.

2. Das Öl im Suppentopf erhitzen, das Suppengrün und den Knoblauch darin andünsten. Die Linsen dazugeben, Brühe und Tomate untermischen. Zugedeckt bei schwacher bis mittlerer Hitze 30-40 Min. garen, bis die Linsen weich sind.

3. Die Wurst eventuell häuten, in Scheiben schneiden. Rucola oder Kräuter verlesen, waschen und grob hacken. Mit den Wurstscheiben in der Suppe erwärmen. Mit Essig, Salz und Pfeffer abschmecken.