



Linsensuppe mit Bulgur

Zutaten für 4-6 Portionen:

1 Stk.	Zwiebel, groß
1	Knoblauchzehe
1 Stk.	Paprikaschote, rot
3 El	Olivenöl
3 El	Tomatenmark
100 g	rote Linsen
100 g	Bulgur
1,5 l	heller Fond (z. B. Gemüsebrühe)
Salz, Pfeffer, Chilipulver, Paprikaflocken (Pul Biber) oder Paprikapulver	
Zitronensaft, Zucker	
Handvoll	Minze

Vorbereitung:

- Zwiebel schälen und fein würfeln.
- Knoblauchzehe abziehen und fein schneiden.
- Paprika waschen, putzen und in Würfel (1/2 cm) schneiden.

Zubereitung:

1. Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch anschwitzen.
2. Tomatenmark zugeben und mitschwitzen.
3. Rote Linsen in einem Sieb waschen und in den Topf geben.
4. Bulgur und hellen Fond zugeben.
5. Zugedeckt ca. 20 Minuten bei schwacher Hitze köcheln, bis Linsen und Bulgur gar sind.
6. 5 Minuten vor Ende der Garzeit die Paprikawürfel zugeben.
7. Suppe salzen, mit den Gewürzen, Zitronensaft und Zucker abschmecken.
8. Suppe mit fein geschnittenen Minzblättern bestreuen, heiß servieren.