

Nah&Frisch

Professional

## Rote Linsensuppe

Suppe

Paradeiser

Schnelle Küche

Vegetarisch

### ZUBEREITUNG

SCHWIERIGKEIT: ● ● ○ ○ ○

Die Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden. Im Öl glasig anschwitzen. Die gewaschenen roten Linsen und Tomaten mit Saft hinzufügen und gut umrühren. Mit der Gemüsesuppe aufgießen und die Suppe ca. 20 Minuten köcheln.

Zum Schluss mit Salz, Chili- und Kurkumapulver abschmecken.

Die Suppe mit Danone Activia Joghurt, Chili und den Kräutern garnieren und mit frischem Fladen- oder Weißbrot servieren.



### ZUTATEN

1 Dose Tomaten, würfelig  
(400 g)

1 Zwiebel

175 g rote Linsen

2 TL Chilipulver

2 TL Kurkumapulver

600 ml Gemüsesuppe

Sonnenblumenöl

Salz

2 Becher Danone Activia  
Joghurt Natur (2 x 115 g)

1 TL frische Chilischote in  
Scheiben

½ Bund frischer Koriander  
oder Petersilie