



Exotisches

Linsen-Kokos-Suppe mit Kartoffel-Lauch-Rösti

Zutaten

für 4 Portionen

für die Suppe

1 Zwiebel
3 EL Öl
1 TL rote Currypaste
1 EL Tomatenmark
200 g rote Linsen
800 ml Gemüsebrühe
400 ml Kokosmilch
1 EL Honig
Salz
Pfeffer

für die Rösti

100 g Lauch
200 g Kartoffeln
1 Ei
1 EL Mehl
1 EL Öl
Salz
Pfeffer

Zubereitung

Suppe

Zwiebel fein würfeln und zusammen mit der Currypaste in einem Topf mit Öl andünsten. Dann das Tomatenmark und die Linsen zugeben, kurz mitdünsten. Anschließend kommen Gemüsebrühe und Kokosmilch dazu und alles wird kurz aufgekocht und etwa 15 Minuten geköchelt. Suppe pürieren, Honig dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Rösti

Für die Rösti werden der Lauch in Streifen geschnitten und die Kartoffeln grob gerieben. Die Kartoffeln anschließend gut ausdrücken. Ei, Mehl, Salz und Pfeffer zusammen mit dem Lauch und den Kartoffeln vermischen. In einer mit Öl erhitzten Pfanne anschließend kleine Rösti braten, bis diese knusprig und goldbraun sind.

Die Rösti am Besten einfach zusammen mit der Suppe in einem Teller anrichten.

Brennwert: 2.531 kJ, 605 kcal · Zeit: $\frac{3}{4}$ Stunde