

# Indische Linsen-Suppe mit würzigem Garnelen-Spieß

**Für zwei Personen**

**Für die Linsen-Suppe:**

400 g gewürfelte Tomaten	175 g rote Linsen	1 Zwiebel
3 cm Ingwer	1 Bund Petersilie	400 g Kokosmilch
600 ml Gemüsefond	3 TL Chilipulver	2 TL Kurkumapulver
1 TL Garam Masala	1 Prise gem. Fenchelsamen	1 Prise gem. Gewürznelken
4 TL Currypulver	1 TL Kreuzkümmel	2 EL Chiliflocken
Sonnenblumenöl	Salz	

**Für die Garnelen-Spieße:**

6 Riesengarnelen	1 Zitrone	1 Peperoni
1 Knoblauchzehe	2 EL Olivenöl	Pfeffer, Salz

**Für die Linsen-Suppe:**

Für die Linsen-Suppe die Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Den Ingwer schälen und fein hacken. Zwiebeln und Ingwer in einer Pfanne mit Sonnenblumenöl glasig anschwitzen. Rote Linsen und gewürfelte Tomaten mit dem Saft und Kokosmilch hinzufügen und gut umrühren. Mit Gemüsefond aufgießen und die Suppe ca. 20 Minuten köcheln lassen. Zum Schluss mit Salz, Chilipulver, Currypulver, Kurkumapulver, Garam Masala, Fenchelsamen, Gewürznelken und Kreuzkümmel abschmecken. Die Hälfte der Petersilie fein hacken und in die Suppe geben. Mit Chiliflocken bestreuen.

Für die Garnitur die restliche Petersilie am Stiel in einer kleinen Pfanne in heißem Sonnenblumenöl frittieren. Mit Küchenkrepp entfetten.

**Für die Garnelen-Spieße:**

Für die Garnelen-Spieße eine Marinade herstellen. Dafür die Knoblauchzehe abziehen und klein hacken. Die Peperoni entkernen und klein schneiden. Beides in einer Pfanne mit Olivenöl andünsten. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Knoblauch und Peperoni in eine Schüssel geben und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen.

Die Riesengarnelen waschen und trocken tupfen. Jeweils 3 Garnelen auf einen Spieß stecken und auf einen flachen Teller legen. Die Öl-Zitronen- Marinade auf den Spießen verteilen und kaltstellen.

Zum Schluss die Spieße aus dem Kühlschrank nehmen und eine Grillpfanne ohne Öl erhitzen. Die marinierten Garnelen-Spieße auf jeder Seite etwa 3 Minuten grillen.

Linsen-Suppe mit Garnelen-Spieß in tiefen Tellern anrichten, mit frittierter Petersilie garnieren und servieren.

Kathrin Pörtl am 19. September 2017