

# Rote Linsen-Suppe mit Limetten-Blättern und Kokos-Crunch

## Für 2 Personen

1 kleine Zwiebel	1 Knoblauchzehe	15 g Butterschmalz
1 TL gehackter Ingwer	1/2 TL gemahl. Kreuzkümmel	1 TL gemahl. Koriander
1/2 TL gemahl. Kurkuma	1/2 TL indisches Currypulver	200–250 ml Gemüsebrühe
200 ml Kokosmilch	125 g rote Linsen	1–2 Kaffir-Limettenblätter
15 g Tomatenmark	Salz und schwarzer Pfeffer	1 TL Zitronensaft
1 EL gehackter Koriander		

## Für den Crunch:

3 TL Kokosraspel	1 TL Zucker
------------------	-------------

Für die Suppe Zwiebel und Knoblauchzehe schälen und fein hacken. Ghee in einem Topf zerlassen und die Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze glasig braten. Knoblauch und Ingwer dazugeben und 2–3 Minuten mitbraten. Kreuzkümmel, Koriander, Kurkuma und Currypulver einrühren und 30 Sekunden mitbraten. Mit 200 ml Gemüsebrühe ablöschen, Kokosmilch, Linsen und Kaffir-Limettenblätter zugeben und abgedeckt etwa 40 Minuten bei niedriger Hitze köcheln lassen, bis die Linsen zerfallen sind.

Inzwischen für den Crunch Kokosraspel in einer kleinen beschichteten Pfanne ohne Fettzugabe rösten. Dann den Zucker drüberstreuen und bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren karamellisieren. Auf Backpapier geben und abkühlen lassen.

Tomatenmark in die Linsensuppe einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Falls die Suppe zu dickflüssig ist, restliche Gemüsebrühe oder etwas Wasser zugeben. Vom Herd nehmen und mit Zitronensaft verfeinern.

Zum Schluss die Limettenblätter herausnehmen und den gehackten Koriander unterrühren. Kokoscrunch leicht zerstoßen. Die Linsensuppe in zwei tiefe Teller oder Schalen füllen, mit Kokoscrunch bestreuen und heiß servieren.

Christian Henze am 06. Dezember 2019