

Linsen-Suppe mit Baharat, gebratene Lamm-Würfeln

Für zwei Personen

Für die Suppe:

| | | |
|------------------------|--------------------------------|-----------------------------|
| 75 g rote Linsen | 1 Zwiebel | $\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe |
| 1 kleines Stück Ingwer | 1 TL Butter, 1 EL kalte Butter | 50 ml Sahne |
| 1 TL Tomatenmark | 500 ml Gemüfefond | 1 TL Baharat |
| Salz | | |

Für das Lamm:

| | | |
|-------------------------------|---------------------------|---------------------------|
| 100 g ausgel. Lammrücken | 1 kleine rote Chilischote | 2 Scheiben Ingwer |
| 1 angedr. Knoblauchzehe | 1 cm Zimtrinde | 3 angedr. Kardamomkapseln |
| $\frac{1}{2}$ TL neutrales Öl | Salz | Pfeffer |

Garnitur:

$\frac{1}{4}$ Bund Koriander

Für die Suppe:

Die Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Knoblauch und Ingwer abziehen bzw. schälen und auf die Zwiebeln reiben. 1 TL Butter in einen Topf geben und braun werden lassen. Dann Zwiebel, Knoblauch und Ingwer darin bei milder Hitze andünsten. Tomatenmark unterrühren und kurz anrösten. Linsen dazugeben und mit Fond auffüllen. Alles knapp unter dem Siedepunkt 15 bis 20 Minuten ziehen lassen, bis die Linsen weich sind. Nach 10 Minuten 2 bis 3 EL Linsen für die Einlage herausnehmen und beiseitestellen.

Suppe mit dem Stabmixer pürieren. Baharat unterrühren und einige Minuten ziehen lassen. Die kalte Butter untermixen und die Suppe mit Salz abschmecken. Sahne hinzufügen, verrühren und ziehen lassen.

Für das Lamm:

Lammrücken in 1 bis 1,5 cm große Würfel schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, die Lammwürfel anbraten und anschließend mit Zimt, Chili, Ingwer, Knoblauch und Kardamom ziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Garnitur:

Korianderstiele klein schneiden.

Suppe in tiefe Teller füllen, Lammwürfel und Einlage hineingeben und mit Korianderstilen garniert servieren.

Alfons Schuhbeck am 11. August 2022