



Klassische Linsensuppe

Zeit gesamt
45min

Zubereitungszeit
45min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	1 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Suppengemüse	1 Bund
Kartoffeln, vorw. festk.	300 g
Bauchspeck	125 g
Kasseler, am Stück	150 g
Öl	2 EL
Linsen, braun	350 g
Lorbeerblätter, getrocknet	2 St.
Gemüsebrühe	1 L
Wiener Würstchen	2 St.
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Kreuzkümmel	
Balsamicoessig, dunkel	2 EL
Zucker	

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf

1. Zwiebel halbieren, schälen und in feine Würfel schneiden. Knoblauch schälen und fein würfeln. Suppengemüse waschen, ggf. schälen und jeweils klein würfeln. Petersilie waschen, von groben Stielen entfernen und hacken. Kartoffeln schälen, waschen und in grobe Würfel schneiden. Bauchspeck fein schneiden. Kasseler in grobe Stücke würfeln.
2. In einem Topf 2 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen, Zwiebel ca. 2 Min. glasig dünsten, Bauchspeck, Knoblauch, Suppengemüse und Kartoffeln hinzugeben und ca. 3 Min. anbraten. Linsen und Lorbeer zugeben, Brühe ggf. anrühren und in den Topf gießen, aufkochen und zugedeckt ca. 20 Min. bei mittlerer Stufe bissfest garen.
3. Wiener Würstchen in Scheiben schneiden. Kasseler und Wiener Würstchen in den Eintopf geben, ca. 10 Min. bei niedriger Stufe ziehen lassen und mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel, Essig sowie Zucker abschmecken. Die klassische Linsensuppe mit frisch gehackter Petersilie servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	536 kcal
Kohlenhydrate	48 g
Eiweiß	21 g
Ballaststoffe	9 g
Fette	32 g