

Brenners
Bestes

Brenners
Bestes
Bio
Dinkelnudel
Für dich!

2024
Pasta
Kaiser
2. Preis
WIESELBUCK
WIESE

Waldfruchtler
BIO Linsen

lautstärker

beimischel

www.brenners-bestes.at



Linsen - Kürbis Eintopf

Zutaten:

300g **Brenners Beste Linsen**
1 Hokkaidokürbis
2 Zwiebeln
3 Knoblauchzehen
400g Tomaten Polpa
ca. 1,2 - 1,5 L Gemüsebrühe
2 Handvoll Petersilie gehackt
2 EL Schnittlauchröllchen
1 EL Apfelessig
100g **Herznudeln Für dich!**

3 TL Paprikapulver
1/2 TL gem. Kreuzkümmel
2 TL Kurkuma
2 Lorbeerblätter
2 Thymianzweige
1 TL frisch geriebener Ingwer
Chiliflocken
Salz, frisch gemahlener Pfeffer, etwas Zucker
Olivenöl zum Anschwitzen
200g Sauerrahm

***Brenners
Bestes***

Zubereitung:

1. grüne Tellerlinsen in Wasser ca. 3-4 Stunden einweichen.
2. Kürbis in 3 cm große Stücke schneiden und auf einem Blech verteilen. Mit etwas Olivenöl beträufeln und mit Salz, Pfeffer und 1 TL Paprikapulver würzen und durchmischen. Bei 200°C ca. 20 Minuten lang garen, bis der Kürbis weich ist.
3. Zwiebeln und Knoblauch hacken. Etwas Olivenöl in einem großen Topf erhitzen und darin glasig anbraten (3-4 Minuten). 2 TL Paprikapulver, Kreuzkümmel, Kurkuma zugeben und eine Minute lang mit anschwitzen. Tomaten Polpa, Gemüsebrühe, die abgeseihten Linsen, Thymianzweige, Lorbeerblätter zugeben und alles ca. 35 - 40 Minuten leicht kochen lassen, bis die Linsen weich sind.
4. Lorbeerblätter und Thymianzweige herausnehmen. Die Suppe mit Ingwer, Chiliflocken, etwas Kurkuma, Essig, Salz, Pfeffer, Zucker abschmecken.
5. 100g Sauerrahm zugeben und die Suppe mit einem Stabmixer grob pürieren, nicht zu lange, die Linsen sollten noch ganz sein. Wenn die Suppe zu dick ist, noch etwas Brühe zugeben.
6. Die Kürbisstücke und die gehackte Petersilie dazu.
7. Herznudeln ca. 3-4 Minuten kochen und in den Eintopf geben
8. In schönen Tellern anrichten, mit restlichem Sauerrahm und Schnittlauch servieren.

Tipp: Mit gerösteten Walnüssen kann man den Eintopf noch toppen!