

## **Rezept für „Lentils in Love“ – „Verliebte Linsen“**

Von Rüdiger Schoeller

### **Zutaten für 4 - 5 Portionen:**

7 dag Berglinsen  
7 dag Belugalinsen  
7 dag getrocknete Tomaten (falls sie in Öl eingelegt waren, abtropfen lassen)  
2 – 3 Karotten  
5 dag Knollensellerie  
2 Stangen Stangensellerie  
1 Zwiebel  
2 Zehen Knoblauch  
2 EL Tomatenmark  
1 kleine Dose Tomaten (40 dag) klein gehackt  
1 EL Butter  
etwas Rotwein oder Balsamicoessig  
Gemüsebrühe  
1/2 Teelöffel Zucker  
Neugewürz (Piment)  
Kreuzkümmel  
Paprika  
Thymian  
etwas Chili  
Pfeffer und Salz nach Geschmack

### **Zubereitung**

Linsen ca. 25 Minuten ohne Salz kochen, dann haben sie noch Biss. Wer sie weicher mag muss sie länger kochen. Die fertigen Linsen in einem Sieb abtropfen lassen.

Die Gemüse und die getrockneten Tomaten in der Butter dünsten. Die übrigen Gewürze dazu geben. Tomatenmark kurz mitbraten. Den Zucker und den Paprika hinzufügen und sofort mit Wein und oder verdünntem Balsamico ablöschen. Wenn die Flüssigkeit eingekocht ist, die gehackten Dosentomaten und einen Suppenwürfel hinzufügen. In ca. 15 Minuten die Gemüse weichkochen (Probieren).

Die gekochten Linsen mit der Gemüsesauce vermischen und noch mal abschmecken.

Dazu passt auch gebratener Speck, Frankfurter Würstl oder gebratener Räuchertofu.