



Rotes Linsenspüree

Portionen: 4

Vorbereitungszeit: 10 min

Zubereitungszeit: 15 min

Zutaten:

20g Olivenöl

60g Zwiebel gewürfelt

250g rote Linsen

100g Karottenwürfel

6g Tomatenmark

750g Gemüsesuppe

Meersalz

Pfeffer weiß gemahlen

Bohnenkraut



Zubereitung

1. **Zwiebel & Karotten** in Olivenöl anschwitzen
2. **Tomatenmark** dazugeben & kurz anrösten
3. Rote Linsen hinzufügen
4. Mit **Gemüsesuppe** ablöschen
5. Etwa **15 Minuten** köcheln lassen
6. Pürieren & würzen

Schmecken lassen!

