



Gesamtzeit: 45 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 4 Personen

Sambar (Linsensuppe)

SAMBAR (LINSENSUPPE)

165 ml Sabita Kokosmilch

210 g Ingwer Pickle

15 g Sambar Gewürzmischung

300 g Al Amier Rote Linsen

2 Zwiebel

3 Tomaten

5 Teelöffel Rinatura Gemüsebouillon ohne Hefe Bio

1 l Wasser

1 Esslöffel Kokosfett oder Pflanzenöl

SAMBAR (LINSENSUPPE)

1.

Zwiebel und Tomate in Würfel schneiden. Linsen und Zwiebel in Öl anrösten. Tomate und Sambar Gewürz hinzugeben, mit der Brühe ablöschen.

Ca. 20-25 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Überprüfen ob die Linsen weich sind. Alles mit einem Pürierstab zerkleinern.

Die Ingwer Pickle abgießen, mit der Kokosmilch zusammen zu den Linsen geben. Kurz aufkochen und mit Pappadamus genießen.