

Linzensuppe aus der Heide

- 400 g Linsen
- 1 $\frac{1}{2}$ l Wasser
- 1 Würfel Gemüsebrühe
- 1 kleine Stange Lauch
- 1 Zwiebel
- 2 Möhren
- 2 EL Butter
- 2 EL Tomatenmark
- 2 TL Thymian
- 2 TL Oregano
- 1 Knoblauchzelle
- $\frac{1}{2}$ TL Paprika
- 1 Becher Joghurt
- Saft von 1 Zitrone
- 4 EL Essig
- Kräutersalz
- frisch gemahlener Pfeffer

Die Linsen über Nacht in etwa 1 1/2 Liter Wasser einweichen.

Am nächsten Tag zusammen mit der Gemüsebrühe aufkochen.

Das Gemüse waschen und putzen. Den Lauch in feine Ringe schneiden und die Zwiebel und die Petersilien in kleine Würfel schneiden, alles in der Butter andünsten.

Zusammen mit dem Tomatenmark zu den Linsen geben und etwa 15 Minuten auf kleiner Flamme kochen lassen.

Die Gewürze und die zerdrückte Knoblauchzehe hinzufügen und das Ganze noch einige Minuten ziehen lassen.

Den Joghurt mit dem Zitronensaft verrühren, unter die Linsen ziehen und das Gericht mit Essig, Kräutersalz und Pfeffer abschmecken.