

Linsen-Gemüse-Eintopf

VORBEREITUNG: 15 MIN

ZUBEREITUNG: 20 MIN

Zutaten für 4 Personen:

- 500g Linsen nach Wahl (rote Linsen, Belugalinsen oder was ihr gerade da habt)
- 500g Kartoffeln (vorwiegend festkochend)
- 250g Möhren
- 2 Knoblauchzehen (optional)
- 1 Zwiebel
- 1 Paprika (optional)
- 5 EL Tomatenmark
- 1 Lorbeerblatt
- Salz und Pfeffer
- Öl zum Anbraten
- Essig und Zucker (optional)



Zubereitung:

1. Gemüse sehr klein würfeln und in etwas Öl ca. 5 Min. bei mittlerer Hitze anbraten.
2. Tomatenmark hinzugeben und ca. 2 Min. weiter anbraten. Linsen, Lorbeerblatt und ca. 1 Liter Wasser dazugeben. Salzen, aufkochen lassen und dann ca. 20 Min. bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis die Linsen und das Gemüse weich sind.
3. Ich empfehle, immer mal zu schauen, ob ggf. noch etwas Flüssigkeit nachgegeben werden sollte. Wie flüssig es am Ende wird, ist Geschmackssache.
4. Sind Linsen und Gemüse gar, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Wer mag gibt auch etwas Essig direkt dazu oder serviert den Eintopf mit Essig und Zucker separat, so kann jeder individuell entscheiden.

Guten Appetit!