

Linsen-Reis-Suppe mit Röstzwiebeln

Zutaten für 6 – 8 Portionen

2 Gläser	Geflügel- oder Lammfond
200 g	rote Linsen, ab gespült und abgetropft
100 g	Rundkornreis, ab gespült und abgetropft
1-2 TL	ganze Kreuzkümmelsamen
2 EL	Olivenöl
2 EL	Butter
2	Zwiebeln, in Streifen geschnitten
1 TL	gemahlener Koriander
1 TL	gemahlener Kreuzkümmel
	Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
6-8 EL	Sahnejoghurt 10%
1-2	Zitronen, in Spalten geschnitten



Zubereitung

1. Fond in einem großen Topf zum Kochen bringen. Rote Linsen, Reis und Kreuzkümmelsamen zufügen. Für weitere 3-4 Minuten kochen lassen. Hitze reduzieren und ohne Deckel für ca. 1 Stunde köcheln lassen, bis Linsen und Reis zu einem dicken Brei verkocht sind.
2. Olivenöl und Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin unter Wenden rösten, bis sie goldbraun sind. Koriander und Kreuzkümmel unterrühren und etwas Salz zufügen.
3. Den Linsen-Reis-Brei kräftig mit einem Holzlöffel oder Schneebesen durchrühren oder in einer Küchenmaschine mixen, bis er eine cremige Konsistenz hat. Gut mit Salz und Pfeffer würzen.
4. In Schüsseln anrichten. Jede Portion mit Röstzwiebeln, Zitronenspalten und einem Klecks Sahnejoghurt garnieren