

# Scharfe Linsensuppe mit Orangen-Kokos-Duft (Angelika)

759

**Typ:** Suppe

**Quelle:** Angelika

\*\*\*\*

**Bemerkungen:** Mar 20: Mangels roter Linsen kleine braune Berglinsen verwendet. Kochen länger und lassen sich nicht so gut pürieren. Nach Abkühlen ist die Suppe ein ziemlich fester Brei. Liegt vielleicht am verwendeten Kokos-Pulver.

**Zutaten:** Zutaten für ca. 4 Portionen  
1 rote Chilischote  
1 Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
3 El Olivenöl  
200 g rote Linsen  
1l Curry-pulver  
700 mL Gemüsebrühe  
1 Bio.Orange  
400 ml Kokosmilch  
Salz, Pfeffer aus der Mühle  
50 g Alnatura Kokoschips

**Rezept:** Chilischote längs halbieren, Kerne entfernen. Hälften fein hacken. Zwiebel, Knoblauch abziehen, beides fein würfeln. Alles in Olivenöl anschwitzen, Linsen und Currypulver zufügen, kurz anschwitzen, dann Gemüsebrühe angießen, aufkochen lassen, mit Deckel bei milder Hitze ca. 20 Min, garen.

Schale der Bio-Orange zur Hälfte abreiben, Saft auspressen. Schale bis auf 1 EL zusammen mit dem Saft und der Kokosmilch zur Suppe geben, alles fein pürieren, bis die Suppe leicht schaumig ist, mit Salz, Pfeffer würzig abschmecken.

Kokoschips in einer Pfanne ohne Fett leicht rösten. Suppe mit Kokoschips und restlicher Orangenschale bestreut servieren.