

ROTE LINSEN/TOMATEN- AUFSTRICH

6 Personen

Zutaten:

- 50g Rote Linsen
- 1 mittelgroße Tomate
- 6 getrocknete Tomaten
- 1 mittelgroße Zwiebel
- 1 EL getrocknete Kräuter (Thymian, Oregano, Kräuter der Provence)
- Frische Kräuter z.B. Basilikum, Petersilie
- 1 Knoblauchzehe
- 1 TL Olivenöl
- 150 ml Gemüsebrühe
- 2 gehäufte EL Tomatenmark
- Pfeffer und Chili

So wird es gemacht:

Die Tomate und die getrockneten Tomaten klein schneiden. Knoblauch und Zwiebeln kleinschneiden und mit Olivenöl in einem Topf anbraten. Linsen, Tomate, getrocknete Tomaten und Gemüsebrühe hinzugeben und anschließend im geschlossenen Topf ca. 10 min. köcheln lassen. Linsen-Tomaten-Masse mit den Kräutern, Pfeffer und Chili zusammen in ein geeignetes Gefäß (z.B. Messbecher) geben und pürieren. Im Kühlschrank aufbewahren.