

Karotten-Curry mit roten Linsen

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 30m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '30', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Eigenständiges, vegetarisches Gericht oder als Beilage zu kurz gebratenem Schweinefleisch, Lamm oder Geflügelbrüstchen

Zutaten

- 4 Frühlingszwiebeln, geputzt, gewaschen in Ringen
- 1 kleine rote Chilischote, entkernt, in dünnen Streifen
- 2 Bund junge Karotten, geputzt, gewaschen in etwas dickeren Scheiben
- 100 g rote Linsen, gewaschen
- 1 großes Bund Petersilie, gehackt
- 400 ml Karottensaft
- 200 ml Gemüsefond
- 1 El Butter
- 1 Tl Zitronensaft
- 1 Tl Currypulver, Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungsart

Schritt1

Die Frühlingszwiebeln mit den Chilistreifen in der Butter anschwitzen und die Karotten und die Linsen dazu geben.

Schritt2

Currypulver, Salz, Pfeffer darüber geben, kurz mit andünsten.

Schritt3

Mit dem Karottensaft und der Gemüse aufgießen, abgedeckt bei kleiner Hitze 15 min. köcheln lassen, "bissfest" halten.

Schritt4

Mit etwas Zitronensaft nachschmecken und reichlich frischer Petersilie unterschwenken, junge Pellkartoffeln dazu reichen.

Rezeptart: Gemüsegerichte **Tags:** rote Linsen

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/karotten-curry-mit-roten-linsen/>