

## Pastinaken-Linsen-Suppe für 4 Personen



250 g braune Linsen  
100g Zwiebel,  
150g Möhre  
300g Porree  
etwas Rapsöl  
1 l Gemüsebrühe

mehrere Std. einweichen.  
  
und  
waschen und klein schneiden. In  
anbraten und mit  
ablöschen.  
Linsen zugeben und weich kochen.

500g Pastinaken  
4 Lorbeerblätter  
15 g Ingwer, frisch gerieben

putzen, würfeln und zusammen mit  
und  
zugeben.  
Nochmals 15 Min. kochen lassen, mit  
abschmecken.

Salz & Pfeffer

1 Bd. Petersilie

waschen, trocken schütteln und klein hacken.  
Über die Suppe streuen und wieder 5 Min.  
bei sanfter Hitze kochen lassen.