

## Linseneintopf mit Tatsoi

### Zutaten:

1 Zwiebel  
1-2 Zehen Knoblauch  
2 Karotten  
1 Tatsoi oder 2 Handvoll Spinat  
120 gr rote Linsen  
Ca. 300 gr Kartoffeln  
500 ml Gemüsebrühe  
1 TL Currypulver  
½ TL Kreuzkümmel  
½ TL Koriander  
Rapsöl  
Salz, Pfeffer

### Zubereitung:

Zwiebeln und Knoblauch hacken. Karotten in Scheiben, Kartoffeln in Würfel schneiden. Tatsoi putzen und in feine Streifen schneiden.

Linsen in ein Sieb geben und unter fließendem Wasser abspülen.

In einem Topf Rapsöl erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch andünsten. Dann Currypulver, Koriander und Kreuzkümmel dazugeben und kurz mitbraten. Wenn die Gewürze KURZ mitgebraten werden, entfalten sie ihr volles Aroma.

Das Gemüse außer den Tatsoi dazugeben, kurz anschmoren und dann mit 500 ml Gemüsebrühe ablöschen. Linsen dazugeben und 15 Minuten köcheln lassen.

Dann den Tatsoi dazugeben und nochmal 5 Minuten simmern. Mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken!

Wir wünschen „Guten Appetit“