

Linzen-Eintopf mit Stangensellerie und Karotten

(3 Portionen)

Zutaten:

2 Stangen Sellerie
250g Karotten
250g Kartoffeln
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
180g Linsen (z.B. Berglinsen)
1 Lorbeerblatt
2 EL Tomatenmark
1 EL Apfelessig oder Balsamico-Essig
Salz, Pfeffer
Petersilie & Joghurt (optional)

Zubereitung:

Zwiebel, Knoblauch, Karotten und Kartoffeln in kleine Würfel, Stangensellerie in feine Scheiben schneiden und in einem Topf mit Olivenöl 5 Minuten anbraten. Tomatenmark dazugeben und weitere 1-2 Minuten braten. Linsen, Lorbeerblatt und ca. 750ml Wasser dazugeben und aufkochen lassen. Bei mittlerer Hitze 30-40 Minuten köcheln lassen, bis die Linsen weich und der Eintopf sämig wird. Evtl. etwas Wasser oder Gemüsebrühe nachgießen. Mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken und wer mag mit gehackter Petersilie bestreut und einem klecks Joghurt servieren.

