

Dr. Helmut Linssen
Finanzminister des Landes Nordrhein-Westfalen

Lins(s)ensuppe mit Salatstreifen

Zutaten für 4 Personen

- 600 g Tellerlinsen
- 150 g gepökeltes Schweinefleisch
- 2 Zwiebeln / 1 Knoblauchzehe
- 100 g Wildkräuter / 3 Thymianzweige / 1 Lorbeerblatt
- Salz / gemahlener schwarzer Pfeffer
- 1/2 Kopfsalat
- 4 El Olivenöl

Zubereitung

Die Linsen in einem Sieb unter kaltem Wasser mehrmals waschen. Sie in eine Schüssel geben, mit reichlich Wasser bedecken und etwa 2 Stunden darin quellen lassen. Dann das Schweinefleisch in Würfel schneiden. Die Zwiebeln und den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Wildkräuter und den Thymian waschen und trocken tupfen. Alle auf der Wasseroberfläche schwimmenden Linsen entfernen. Dann die Linsen abgießen und in einen großen Topf geben. Das Schweinefleisch, die Zwiebeln und den Knoblauch hinzugeben. Das Ganze mit Wasser bedecken. Die Wildkräuter, den Thymian und das Lorbeerblatt den Linsen beifügen. Salz und Pfeffer hinzugeben und alles zugedeckt bei mittlerer Hitze zum Kochen bringen. Dann die Suppe bei kleiner Hitze etwa 1 1/2 Stunden köcheln lassen. Zwischendurch mehrmals umrühren und evtl. etwas Wasser zufügen. Am Ende der Garzeit das Lorbeerblatt und den Thymian aus der Suppe entfernen. Die Suppe zusammen mit den Fleischstücken und dem Gemüse in der Flüssigkeit pürieren – das geht am besten mit dem Pürierstab des Handrührers oder im Mixer. Die dickflüssige Suppe wieder in den Topf geben und evtl. mit etwas Wasser verdünnen. Die Linsensuppe nochmals bei schwacher Hitze unter gelegentlichem Rühren zum Kochen bringen. Inzwischen den Kopfsalat putzen, waschen und trocken schütteln. Die Salatblätter in feine Streifen schneiden. Den Salat in die kochende Suppe geben, etwa 3 Minuten mitköcheln lassen und dann vom Herd nehmen. Das Olivenöl in die Linsensuppe einrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und noch heiß servieren. Wenn keine Wildkräuter (z.B. Löwenzahn, Portulak, Gurkenkraut, etc.) auf dem Markt erhältlich sind, Spinat oder Sauerampfer nehmen.

22. November 2006

Abdruck honorarfrei. Belegexemplar erbeten:

Bellmann, Gröning & Partner GmbH

Katie Köhler

Beim Schlump 13 a, 20144 Hamburg

Tel.: 040 / 480 655-10, Fax: 040 / 46 51 30

E-mail: agentur@bgup.de

Quelle:

Deutsches Suppen-Institut

Reuterstr. 151, 53113 Bonn

Tel.: 0228 / 21 01 80

Fax: 0228 / 22 94 60

Internet: www.suppeninstitut.de