

www.warmekueche.at

Einkaufsliste



Indische Linsensuppe

(4 Personen)

- 150g rote Linsen (Dhal)
- 20g Ingwer
- 1 TL gemahlene Bockshornklee, Cucurma und Koriander
- 1 Becher Joghurt
- 1 Becher Creme Fraiche
- 2 getrocknete Chillischoten
- 100g Blattspinat (frisch oder gefroren)
- 1 kleiner Bund Minze
- 2 kleine Zwiebel
- 4 Knoblauchzehen
- 1 Zitrone
- Olivenöl