

## Bananen-Linsen-Suppe

Zutaten: 1 Zwiebel  
2 Knoblauchzehen  
30 g frischen Ingwer  
1 Stange Zitronengras  
3 Esslöffel Pflanzenöl  
1 Teelöffel Curry-Pulver  
250 g rote Linsen  
700 bis 900 ml Gemüsebrühe  
200 ml Kokosmilch  
Salz  
3 Bananen  
Saft einer Limette  
4 Frühstückszwiebeln  
1 Chilischote  
5 Esslöffel Öl  
1/2 Teelöffel Paprikapulver

Zwiebel, Knoblauch und Ingwer in feine Würfelchen und Zitronengras in 3 Teile schneiden.

Zwiebel-, Knoblauch- und Ingwerwürfel in 3 Esslöffel Öl anschwitzen. Currypulver, Zitronengras und gewaschene Linsen hinzufügen.

Gemüsebrühe und Kokosmilch angießen, aufkochen und dann etwa 15 Minuten simmern lassen, bis die Linsen weich sind.

Frühlingszwiebeln waschen, die hellen Teile in grobe Ringe schneiden. Die dunkelgrünen Teile in feinere Ringe schneiden und beiseite stellen. Chilischote waschen und in Ringe schneiden, nachher die Kerne entfernen.

Linsensuppe mit Salz abschmecken. Kurz vor dem Servieren die Bananen schälen, zusammen mit dem Limettensaft pürieren und unter die Suppe rühren.

Helle Frühlingszwiebeln und Chiliringe in 5 Esslöffel Öl anschwitzen, Paprikapulver kurz mitrösten, dabei darf es nicht zu heiß werden, sonst wird es bitter. Pfanne von Herd ziehen.

Suppe in Suppenschalen füllen. Frühlingszwiebeln und Chili mit dem Paprikaöl verteilen, die dunkelgrünen Frühlingszwiebeln darüber streuen und servieren.