

Kitchery

Zutaten für 4 Personen

- 1 EL Butter
- 1 große Zwiebel
- je 1 TL Kümmel, Kreuzkümmel, Koriander, Paprika, Curry
- 100g rote Linsen
- 1 Dose Tomaten
- 1L Gemüsebrühe
- 150g Reis
- 2 Zucchini
- 2 Paprika
- Pfeffer
- 2 EL Creme Fraiche / Sahne
- frische Kräuter

Zubereitung

Die Butter in einem Topf schmelzen und die Zwiebeln zusammen mit den Gewürzen und Linsen anbraten.

Dann Tomaten und Reis unterrühren und kurz aufkochen lassen. Die Brühe angießen und alles 10 Minuten bei schwacher Hitze kochen lassen. Gemüse waschen, klein schneiden und 10 Minuten mitkochen lassen. Creme Fraiche einrühren, ordentlich pfeffern und ganz zum Schluss eine Hand voll Kräuter dazu geben.