

# Jakobs Linsengemüse



## Zutaten:

250 g **Tellerlinsen**, 1 l **Wasser** und 1 EL Olivenöl oder Butterschmalz

1 gehackte **Zwiebel**, 2 zerdrückte Knoblauchzehen

1 gehackter, kleiner Stängel **Lauch**

1 TL gemahlener **Kreuzkümmel**, **Koriander** und wenig **Zimt**

1 gestrichener TL **Salz**

## Zubereitung:

Die **Linsen** waschen und in 1 l **Wasser** über Nacht einweichen.

Die **Linsen** abtropfen lassen, **Wasser nicht** weg schütten !

Öl oder Butterschmalz in einem Topf erhitzen. Die **Zwiebeln** langsam glasig dünsten.

**Knoblauchzehen** und **Lauch** dazugeben und ebenfalls andünsten.

Die **Gewürze** dazugeben und kurz anbraten. Mit dem **Abtropfwasser** ablöschen und auffüllen.

**PS: eventuell mehr Wasser dazugeben. Linsen quellen stark auf und brauchen viel Wasser !**

Auf kleiner Flamme kochen (30-50 min), kurz vor Ende der Garzeit mit **Salz** abschmecken.

## Babsis Tipp:

*Ich esse gern Naturjoghurt und Fladenbrot dazu: **Leckeeeeeeeer! Guten Appetit!***



Dieses und weitere leckere Gerichte findet ihr im *Bibel Kochbuch* von Eleonore Schmitt.