

**Wochenmarkt:
Linsen statt Kebab**



Linsensuppe (für 3 Personen)

1 EL Olivenöl, 1 Zwiebel (gehackt), 1 Knoblauchzehe (gehackt), 1 walnussgroßes Stück Ingwer (gehackt), Pul Biber (oder eine kleine Chilischote, gehackt), 1 Lorbeerblatt, Piment, 1 Zimtstange, 250 g rote Linsen, 1 l heiße Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer, Saft von ½ Zitrone, 3 EL Joghurt (türkischer oder griechischer Art, mit 10 % Fett), grob gehackte Minze, Koriander, Petersilie

Das türkische Gewürz Pul Biber heißt in der Fack-ju-Göhte-Sprache einfach »mitscharf«: Es ist das rote Pulver – eine Mischung aus getrockneten zerstoßenen Chilischoten und Salz –, das man auf seinen Döner bekommt.

Ein Döner ist etwas Wundervolles, aber Pul Biber macht sich auch in anderen Gerichten sehr gut, zum Beispiel in einer Linsensuppe. Dafür wird in Olivenöl eine Zwiebel mit Knoblauch, Ingwer und verschiedenen Gewürzen angeschwitzt – nämlich mit nicht zu wenig Pul Biber, Lorbeer, Piment und einer Zimtstange. Nach ein paar Minuten die Linsen dazugeben und die heiße Gemüsebrühe dazugießen.

Die Linsen sind nach ungefähr 20 Minuten Kochzeit gar. Sie sind dann nicht mehr rot, sondern gelb, und sie bleiben im Gegensatz zu schwarzen Beluga-Linsen und grünen Du-Puy-Linsen nicht bissfest, sondern werden weich. So hat die Suppe am Ende der Garzeit eine Konsistenz wie ein Eintopf und wird nicht püriert. Zum Schluss entfernt man die Zimtstange. Mit Salz und Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Vor dem Servieren etwas Joghurt auf die Suppe geben und die grob gehackten Kräuter. Die dienen nicht der Dekoration, wie das in der deutschen Küche die krause Petersilie tut, sondern sind Bestandteil des Gerichts.

*Von Elisabeth Raether
Foto Silvio Knezevic*