



VEGANE ERBSENSUPPE (DHAL STYLE)

ERBSEN | HAUPTSPEISE | 15-45 MIN | VEGAN



Zutaten

- 300 g Müller's Mühle Grüne Schälervlsen
- 3 Knoblauchzehen
- 2 EL Olivenöl
- 2 Kartoffeln (mehligkochend)
- 1 L Gemü?sefond
- 1 Stück Ingwer (Daumenspitze)
- 1 große Karotte
- 1 Zwiebel
- 1 Prise Cayenne
- 1 TL Currypulver
- 1 TL Kreuzku?mmel
- ½ TL Kurkuma
- Saft von ½ Zitrone
- Chiliflocken
- Salz + Pfeffer

Produkttempfehlungen



**GRÜNE
SCHÄLERBSEN**

Zubereitungen

Karotte, Kartoffeln, Knoblauch, Ingwer und Zwiebel schälen und fein wu?rfeln.

Alles in einem Topf in etwas Olivenöl anschwitzen. Anschließend die Gewu?rze und Müller's Mühle Grüne Schälervlsen dazugeben und ebenfalls kurz anschwitzen.

Alles mit Gemü?sefond ablöschen und ca. 30 Minuten mit geschlossenem Deckel köcheln lassen.

Zum Schluss mit Salz, Zitronensaft und Pfeffer abschmecken und mit Chiliflocken servieren.

Bei Bedarf kann man das Dhal mit etwas Joghurt, gehackten Mandeln und Koriander garnieren.