

GELBE SCHÄLERBSEN-CURRYSUPPE MIT DÜNNEM PFANNENBROT (ROTI)

ERBSEN | HAUPTSPEISE | 60+ MIN | VEGETARISCH



Zutaten (4 Portionen)

Für die Suppe:

250 g Müller's Mühle gelbe Schälerbsen
1 Schalotte
8 g frischer Ingwer
1000 ml Brühe
1-2 TL Currypulver
1 TL Limettensaft/Limettenabrieb
100 g Kokosmilch
2 EL Öl
Salz
Pfeffer

2 Frühlingszwiebeln

40 g Cashewnüsse

Für das Pfannenbrot:

125 g Dinkelvollkornmehl
90 ml Wasser, lauwarm
1/4 TL Salz
40 g Butter, geschmolzen
Mehl zum Ausrollen

Produktempfehlungen



**GELBE
SCHÄLERBSEN**

Zubereitungen

1. Für die Suppe Schalotte und Ingwer fein hacken. Öl in einem beschichteten Topf erhitzen. Beides anschwitzen und mit Brühe ablöschen. Gelbe Schälerbsen zugeben und aufkochen lassen. Dann bei milder Hitze und geschlossenem Deckel 70 Minuten leicht köcheln lassen. Kokosmilch, Currypulver, Limettensaft, etwas Salz und Pfeffer zugeben und nochmals 10 Minuten köcheln lassen. Die Suppe während des Kochens bei geringer Hitze immer wieder umrühren. Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden und die grob zerstoßenen Cashewkerne ohne Öl auf der Pfanne anrösten. Für später beiseitestellen.
2. Für das Pfannenbrot Dinkelvollkornmehl, Salz und lauwarmes Wasser zu einem elastischen Teig verkneten. Ist der Teig zu feucht, nach und nach etwas mehr Mehl einkneten, bis die gewünschte Elastizität des Teiges erreicht ist. Teig zudecken und 15 Minuten ruhen lassen.
3. Aus dem Teig 16 kleine, gleich große Kugeln formen. Arbeitsfläche mit Mehl bestäuben und den Teig mit Hilfe einer Teigrolle sehr dünn ausrollen. Die Pfanne erhitzen und die dünnen Brote nach und nach in der heißen Pfanne ohne Öl ausbacken, je Seite ca. 30 Sekunden. Heiße Roti mit geschmolzener Butter bestreichen. In ein sauberes Geschirrtuch legen, bis alle Rotis fertig sind.
4. Suppe nochmals abschmecken und auf tiefen Tellern anrichten. Mit Frühlingszwiebel und gehackten Cashewnüssen bestreuen. Dazu die frisch ausgebackenen Rotis reichen.