



Verein ExpoTranskultur

Mercimek Çorbası (Türkische Rote-Linsen-Suppe)

Zutaten (für 4 Portionen):

- 250 g rote Linsen
- 1 Zwiebel (gehackt)
- 1 Karotte (in Würfeln)
- 1 Kartoffel (in Würfeln, optional)
- 2 EL Tomatenmark (oder 1 EL Tomaten- und 1 EL Paprikamark)
- 2 EL Olivenöl oder Butter
- 1 TL Kreuzkümmel (gemahlen)
- 1,5 Liter Gemüse- oder Hühnerbrühe
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

Zum Servieren:

- 1 TL Paprikapulver
- 1 EL Butter
- Zitronenspalten
- Frisches Fladenbrot

Zubereitung:

Zuerst erhitzt man Öl oder Butter in einem Topf und schwitzt Zwiebel, Karotte und optional die Kartoffel kurz an, bis sie weich werden. Anschließend rührt man das Tomatenmark ein und röstet es 1–2 Minuten mit, damit es sein volles Aroma entfalten kann.

Dann gibt man die roten Linsen dazu, gießt die Brühe auf und würzt mit Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer. Die Suppe lässt man bei mittlerer Hitze etwa 25 Minuten köcheln, bis alle Zutaten weich sind.

Im nächsten Schritt püriert man die Suppe mit einem Stabmixer fein, oder man lässt sie grober, wenn man es rustikaler mag. Falls sie zu dick wird, kann man noch etwas Wasser oder Brühe hinzufügen.

Für die Butter-Paprika-Soße schmilzt man in einer kleinen Pfanne die Butter, rührt das Paprikapulver ein und lässt es kurz aufschäumen. Diese Mischung träufelt man über die Suppe.

Zum Servieren gibt man Zitronenspalten dazu – der frische Zitronensaft wird direkt vor dem Essen über die Suppe gepresst. Besonders gut passt warmes Fladenbrot dazu.

Mercimek Çorbası (Turkish Red Lentil Soup)

Ingredients (for 4 servings):

- 250 g red lentils
- 1 onion (chopped)
- 1 carrot (diced)
- 1 potato (diced, optional)
- 2 tbsp tomato paste (or 1 tbsp tomato paste + 1 tbsp pepper paste)
- 2 tbsp olive oil or butter
- 1 tsp ground cumin
- 1.5 liters vegetable or chicken broth
- Salt and pepper to taste

For serving:

- 1 tsp paprika powder
- 1 tbsp butter
- Lemon wedges
- Fresh flatbread

Preparation:

Heat olive oil or butter in a pot and sauté the onion, carrot, and optional potato until softened. Stir in the tomato paste and cook for 1–2 minutes to release its flavor.

Add the red lentils and pour in the broth. Season with cumin, salt, and pepper. Simmer over medium heat for about 25 minutes until everything is tender.

Blend the soup with an immersion blender until smooth, or leave it slightly chunky if preferred. If it becomes too thick, add a little more water or broth.

For the paprika butter sauce, melt the butter in a small pan, stir in the paprika powder, and let it sizzle briefly. Drizzle this mixture over the soup.

Serve with lemon wedges – squeeze fresh lemon juice into the soup just before eating.

Warm flatbread makes the perfect accompaniment.

Mercimek Çorbası (Sopa Turca de Lentejas Rojas)

Ingredientes (para 4 porciones):

- 250 g de lentejas rojas
- 1 cebolla (picada)
- 1 zanahoria (en cubos)
- 1 papa (en cubos, opcional)
- 2 cucharadas de pasta de tomate (o 1 de tomate + 1 de pimienta)
- 2 cucharadas de aceite de oliva o mantequilla
- 1 cucharadita de comino molido

- 1,5 litros de caldo de verduras o de pollo
- Sal y pimienta al gusto

Para servir:

- 1 cucharadita de pimentón
- 1 cucharada de mantequilla
- Gajos de limón
- Pan de pita o pan plano fresco

Preparación:

En una olla se calienta aceite o mantequilla y se sofríen la cebolla, la zanahoria y la papa (opcional) hasta que estén tiernas. Luego se agrega la pasta de tomate y se rehoga durante 1–2 minutos para intensificar el sabor.

Se incorporan las lentejas rojas y se vierte el caldo. Se condimenta con comino, sal y pimienta, y se deja cocinar a fuego medio durante unos 25 minutos, hasta que todo esté bien tierno.

La sopa se tritura con batidora de mano hasta que quede cremosa, aunque se puede dejar más rústica si se prefiere. Si queda demasiado espesa, se puede añadir un poco más de agua o caldo.

Para la salsa de mantequilla con pimentón, se derrite la mantequilla en una sartén pequeña, se añade el pimentón y se deja espumar unos segundos. Luego se vierte sobre la sopa.

Al servir, se acompaña con gajos de limón – el jugo fresco se exprime justo antes de comer. Se disfruta mejor con pan plano o pan de pita caliente.