

Marthas Lieblingsgericht 6 zum Preppen:
Orientalische Linsensuppe –
Haltbare Rote Orient-Linswurst selber machen

Zutaten:

150 g getrocknete rote Linsen
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
1 gehäufte EL Stärke
1 TL Salz
1 gehäufte TL Liebstock (getrocknet)
1 TL Koriander (getrocknet)
1 TL Currypulver
0,5 TL Kümmelpulver
ein Viertel TL Cumin
0,5 TL Piment (gemahlen)
Pfeffer
3 bis 4 EL neutrales Öl
3 bis 4 EL Essig
etwas Wasser

Zubereitung der orientalischen Linsensuppe:

Zerdrücke ein Stück Orient-Linswurst in kochendem Wasser und lass das Ganze etwa 4 bis 5 Minuten unter Rühren köcheln.
Die Wassermenge ist variabel einsetzbar. Sie richtet sich nach Deiner gewünschten Dicke der orientalischen Linsensuppe.
Richtwert: Etwa 200 bis 220 ml Wasser für ein ca. zwei bis drei Zentimeter breites Stück Orient-Linswurst.

Haltbarkeit:

Wenn Du die Rote Orient-Linswurst in Backpapier oder Pergamentpapier einwickelst, hält sie sich für einige Wochen. Die Haltbarkeit verlängern (für etwa 1 Jahr) kannst Du, indem Du die Linswurst mehrere Tage an der Luft oder im Backofen für etwa 1,5 Stunden trocknest (Umluft ca. 60 bis 80 Grad). Lass die Backofentür ein wenig geöffnet, damit die Feuchtigkeit gut entweichen kann.

Zubereitung der Roten Orient-Linswurst:

Schalotte würfeln und Knoblauch hacken. Beides in einer heißen Pfanne mit Öl anrösten. Abkühlen lassen.
Derweil getrocknete rote Linsen mit einer Küchenmaschine (oder Mühle) zu feinem Linsenmehl mahlen. Linsenmehl mit Stärke, Salz und den anderen trockenen Gewürzen gut vermengen.
Nun angebratene Schalotte und Knoblauch mit dem Öl sowie dem Essig und einer kleinen (!) Menge Wasser mit einer Küchenmaschine (oder Pürierstab) pürieren. Diese Masse dann zu dem gewürzten Linsenmehl geben. Gut durchkneten und auf der Arbeitsfläche weiterarbeiten. Bei Bedarf noch ein wenig Wasser hinzugeben. Vorsicht mit der Wasserzugabe! Der Teig darf nicht zu nass werden - sondern fest, aber knetbar sein.
Abschließend den Teigklumpen zu einer Wurst mit etwa 2 Zentimeter Durchmesser rollen. Fertig ist die Rote Orient-Linswurst!
Das Rezept ergibt eine Rote Orient-Linswurst. Daraus kannst Du Dir mehrere Portionen kochen (je nachdem wie dick- oder dünnflüssig Du es magst). Für mehr orientalische Linswürste rechne die Zutaten einfach entsprechend hoch.