

## Linsen-Bohnen-Eintopf mit Bärlauchknödel (4 Portionen)

### Zutaten Eintopf:

240 g Berglinsen gegart  
240 g Bohnen weiß gegart  
3 EL Olivenöl  
½ Zwiebel  
½ Paprika  
2 Karotten  
2 Stangen Stangensellerie  
½ EL Tomatenmark  
150 g gehackte Tomaten aus der Dose  
Wasser nach Bedarf  
Salz  
¼ TL Paprika edelsüß  
1 TL Curry  
1 Lorbeerblatt  
Bindung: Maisstärke und kaltes Wasser

### Zubereitung:

Zwiebel klein schneiden und in Öl anschwitzen. Klein gewürfelte Karotten, Paprika und Stangensellerie dazugeben, mitrösten. Tomatenmark kurz mitrösten. Gehackte Tomaten und Lorbeerblatt dazugeben. Wasser nach Bedarf nachgießen und weichkochen lassen. Zum Schluss die abgewaschenen und abgetropften Hülsenfrüchte dazugeben. Mit Gewürzen abschmecken. Maizena in kaltem Wasser auflösen und den Eintopf damit leicht binden!

### Zutaten Bärlauchknödel:

½ Zwiebel  
40 g Butter oder Pflanzenöl  
100 ml Milch  
2 große Eier  
Salz  
1 Messerspitze Muskatnuss  
120 g Semmelwürfel bzw. Knödelbrot  
20 g frischer Bärlauch  
Semmelbrösel bei Bedarf

### Zubereitung:

Zwiebel fein schneiden in Butter bzw. Öl anschwitzen. Die Eier mit der lauwarmen Milch verquirlen, würzen und das Eier-Milch-Gemisch über das Knödelbrot gießen. Gehackten Bärlauch zugeben. Alles gut vermengen und ca. 20 Minuten durchziehen lassen. Sollte die Masse zu weich erscheinen, mit etwas Semmelbrösel nachbinden. 4 Knödel formen. Gesalzenes Wasser aufkochen und Knödel darin ca. 20 Minuten bei milder Hitze leicht wallend ziehen lassen!