



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)  
Banu Atabay's Müttevazi Lezzetler® Kochrezepte

---

## Sultansuppe

Sultan Çorbasi



1 kleines Bunt Spinat  
1 mittel grosse Zwiebel  
1 Glas rote Linsen  
8 EL Sonnenblumenöl  
1 mittel grosse Karotte  
1 EL Mehl  
7 Gläser Fleischbrühe  
2 ½ KL Salz  
½ KL schw. Pfeffer  
Für die Klößchen:  
200 g Hackfleisch  
1 Scheibe altbackenes Brot  
1 kleine Zwiebel  
1 TL Salz  
1 TL schw. Pfeffer

- # Die Linsen waschen und in 4 Gläser Wasser kochen bis die Linsen sich langsam auflösen.
- # Spinat waschen, klein schneiden und in einen kleinen Topf geben und klein gehackte Zwiebel und einen halben KL Salz hinzugeben und mit geschlossenem Deckel eine halbe Stunde lang kochen.
- # Währenddessen die Klößchen zubereiten: Zwiebel hobeln, mit dem inneren des altbackenen Brotes vermischen und danach Hackfleisch, Salz und Pfeffer hinzugeben und die Zutaten unter umrühren homogen verteilen.
- # Von dieser Klößchenmasse haselnussgrosse Stücke entnehmen und zu Kügelchen formen. Mit wenig Öl anbraten.
- # In den Suppentopf Sonnenblumenöl bei mittlerer Hitze erhitzen und klein gewürfelte Karotten hinzugeben und anbraten.
- # Sobald die Karotten gedünstet sind Mehl hinzugeben und 1-2 Minuten umrühren, die gekochten Zwiebel-Spinat- Mischung hinzugeben und einige Male umrühren.
- # Dazu die gekochten und anschliessend gesiebten Linsen sowie 7 Gläser Wasser und 2 KL Salz geben.
- # Sobald die Suppe anfängt zu kochen die Klößchen hinzugeben und weitere 15 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen.
- #Schließlich das Pfeffer einstreuen und vom Herd nehmen und warm servieren.

**Tipp:** In die Sultansuppe kann zusammen mit den Karotten auch Sellerie hinzugegeben werden.