

Rezepturen

(Rezepturen für jeweils 4-6 Personen)

LINSEN SALAT MIT APFEL BALSAMICO UND SALSICCIE

ZUTATEN:

130g	Linsen
etwas	Salz
100 g	Staudensellerie
100 g	Fenchel
100 g	Endive Salat
1 Stk.	Zwiebel
1 Bund	Schnittlauch
4 Stiele	Petersilie Liscio
4 EL	Olivenöl
4 Stk.	Salsicce
½ DL	Aceto Balsamico
2 EL	Honig
1.5 DL	Gemüsebrühe
2 EL	Senf
etwas	Pfeffer
1 Stk.	Apfel

ZUBEREITUNG

Die Äpfel waschen, Kerngehäuse entfernen (Apfelausstecher). Schale rundherum längs einschneiden oder mit einem Zestenschneider schön einritzen.

50 g Pardina-Linsen abspülen, abtropfen lassen und in kochendem Wasser nach Packungsanweisung bissfest garen. Kurz vor Ende der Garzeit kräftig mit Salz würzen. Linsen abgiessen, abschrecken und abtropfen lassen.

100 g Staudensellerie und 100 g Fenchelknolle waschen und fein würfeln. 100 g Endiviensalat waschen, trocken schleudern und grob schneiden.

1 Zwiebel fein würfeln. 1 Bund Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Blätter von 4 Stielen Petersilie abzupfen und fein schneiden.

2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und 4 Salsicce (italienische Fenchelwurst; à 85 g) bei mittlerer Hitze 10 Minuten auf allen Seiten braten. Zwiebeln zugeben und kurz mitbraten. Mit 60 ml Aceto balsamico ablöschen, 1-2 EL Honig und 150 ml Bouillon zugeben und 2 EL mittelscharfen Senf einrühren.

Die Sauce 3-4 Minuten einkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

1 Apfel vierteln, entkernen und klein würfeln. Salsicce aus der Sauce nehmen und in Scheiben schneiden.

Die Sauce noch heiss mit Linsen, Apfel, Sellerie, Fenchel und Petersilie mischen und mit Salz, Pfeffer und Honig abschmecken.

Salat unter die Linsenmischung heben und mit den Salsicce anrichten. Mit 2 EL Olivenöl beträufeln und mit Schnittlauch bestreut servieren.