



Rezept der Woche

(Warmer) Rote Bete Linsen-Salat

Tipp: Schmeckt warm und auch kalt. Besonders lecker mit etwas Feldsalat.

Zutaten für 4 Portionen:

- 400 g Rote Bete (gekocht)
- 4 Frühlingszwiebeln
- 1/2 Bund Petersilie
- 200 g rote Linsen
- 1 TL Kreuzkümmel
- 1 TL Currypulver
- 350 ml Gemüsebrühe
- 1 TL Senf
- 3 EL Apfelessig
- 4 EL Olivenöl
- 1 EL Honig
- Salz und Pfeffer frisch gemahlen

1 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Linsen mit Curry und Kreuzkümmel etwas anrösten. Mit der Brühe aufgießen und etwa 8 bis 10 Minuten köcheln. Durch ein Sieb abgießen.

Die gekochte Rote Bete in kleine Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden. Petersilienblätter grob hacken.

Ein Dressing aus Senf, Essig, Honig, Salz und Pfeffer mischen, dann mit 3 EL Olivenöl gut verrühren.

Rote Linsen, Rote Bete, Petersilie und Frühlingszwiebeln vermengen, das Dressing unterheben und nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.