Rezept

Roter Linsensalat mit Feta

Ein Rezept von Roter Linsensalat mit Feta, am 28.04.2024

Zutaten

2	Knoblauchzehen
5 EL	Olivenöl
1	große rote Paprikaschote
2 1/2 EL	Weißweinessig
	Salz
1 Bund	Basilikum
200 g	rote Linsen
1	rote und weiße Zwiebel
2	eingelegte Peperoni
1 TL	Honig
	Pfeffer
150 g	Schafskäse (Feta)

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 355 kcal

Zubereitung

1. Knoblauch schälen und fein schneiden.

2. Die Linsen in einem Sieb kurz abbrausen und gut abtropfen lassen.

3. In einem Topf 1 EL Öl mit dem Knoblauch erwärmen. Die Linsen dazugeben und kurz andünsten. Mit 750 ml heißem Wasser aufgießen, zum Kochen bringen und die Linsen zugedeckt bei mittlerer Hitze in etwa 12 Minuten bissfest und nicht zu weich garen.

4. Inzwischen Zwiebel schälen, vierteln und in feine Streifen schneiden.

5. Paprikaschote vierteln, putzen, waschen, in dünne Streifen schneiden.

6. Peperoni abtropfen lassen und in dünne Ringe schneiden.

7. Weinessig mit Honig, Salz und Pfeffer verrühren, das übrige Öl nach und nach dazugeben und alles zu einer cremigen Sauce schlagen.

8. Die Linsen abgießen und samt dem Knoblauch mit Sauce, Zwiebel, Paprika und Peperoni mischen. Den Salat abschmecken mit Salz und Pfeffer abschmecken.

---

9. Das Basilikum abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen in groben Stücken abzupfen. Als letztes den Feta zerkrümeln und zusammen mit dem Basilikum über den Salat streuen – diese beiden Zutaten erst beim Essen untermischen.