

Rezept

Hühnerleber- Linsen-Paste

Ein Rezept von Hühnerleber- Linsen-Paste, am 28.06.2026

Zutaten

100 g Hühnerleber	2 EL Rapsöl
Salz (mit Jod)	1 kleine Schalotte
40 g rote Linsen	1 Lorbeerblatt
2 Stängel Basilikum	½ TL getrockneter Thymian
2 EL Tahin (Sesampaste)	1 EL Aceto balsamico

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 6 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion**
Ca. 120 kcal, 7 g F, 7 g EW, 6 g KH

Zubereitung

1. Die Leber mit Küchenpapier abtupfen. In 1 EL Rapsöl rundherum 8 Min. braten, salzen und pfeffern und abkühlen lassen.

2. Schalotte schälen und fein hacken. Mit den roten Linsen und dem Lorbeerblatt in 100 ml Wasser in ca. 12 Min. weich kochen. Basilikum waschen und trocken schütteln.

3. Leber mit Bratensatz, Linsen mit Sud, aber ohne Lorbeer, Basilikum, Thymian, Tahin, Balsamico und übrigem Öl im Blitzhacker fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Im Kühlschrank aufbewahren.