Rezept

# Linsensalat mit Rösttomaten

Ein Rezept von Linsensalat mit Rösttomaten, am 09.06.2025

## Zutaten

| | |
|---|---|
| **200 g** | Kirschtomaten (nach Belieben noch an der Rispe) |
| **100 g** | Feta-Schafskäse |
| **1/2 Bund** | glatte Petersilie |
| | Salz |
| **4 EL** | Olivenöl |
| **250 g** | Linsen (aus der Dose) |
| **1** | kleine rote Zwiebel |
| **1 EL** | Zitronensaft |
| | Pfeffer |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 430 kcal, 30 g F, 19 g EW, 20 g KH

## Zubereitung

1. Die Kirschtomaten waschen. Eine kleine Auflaufform mit 1 EL Olivenöl einpinseln und Tomaten in der Form verteilen. Die Form in den kalten Backofen (Mitte) stellen und den Ofen auf 220° erhitzen. Die Tomaten 15 Min. rösten, bis sie heiß sind und aufplatzen.

2. Inzwischen die Linsen in einem Sieb abtropfen lassen. Den Schafskäse in kleine Würfel schneiden oder zerbröckeln. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Petersilie abbrausen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und grob hacken. Alles in eine Schüssel geben und locker vermischen.

3. Für das Dressing das übrige Olivenöl (3 EL) und den Zitronensaft verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Das Dressing in die Schüssel geben und mit dem Salat vermischen. Den Linsensalat mit den Rösttomaten auf zwei Tellern oder in Schüsseln anrichten.