

Rezept

Linsensalat mit Ziegenkäse

Ein Rezept von Linsensalat mit Ziegenkäse, am 19.04.2024

Zutaten

- | | |
|--|--|
| 1 Dose braune Linsen (265 g Abtropfgewicht) | 1 rote Paprika |
| ½ Bio-Salatgurke | 2 EL Aceto balsamico bianco |
| 1 ½ EL Öl | 1 TL mittelscharfer Senf |
| 1 ½ EL Honig | Salz |
| Pfeffer | 2 Prisen Cayennepfeffer |
| 1 Stück Ziegenweichkäse (Rolle, 150 g) | 70 g Frühstücksspeck (Bacon, in Scheiben) |
| 50 g Baby-Salat-Mix | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 565 kcal, 40 g F, 26 g EW, 22 g KH

Zubereitung

1. Linsen in ein Sieb abgießen, kalt abbrausen und abtropfen lassen. Die Paprika waschen, halbieren, weiße Trennwände und Kerne entfernen. Die Hälften in schmale Streifen schneiden, diese eventuell noch halbieren. Die Gurke waschen, längs vierteln und in dünne Scheiben schneiden. Beides mit den Linsen mischen.
2. Essig, 1 EL Öl, Senf und ½ EL Honig glatt verrühren und zum Linsensalat geben. Alles gut durchmischen und den Salat mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen.
3. Den Ziegenkäse in ca. 2 cm dicke Taler schneiden. Die Baconscheiben quer halbieren. Das übrige Öl (½ EL) in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Die Ziegenkäsetaler darin von beiden Seiten in 3 Min. goldbraun braten, dabei einmal wenden, dann herausnehmen. Bacon in die Pfanne geben und braten, bis er gebräunt ist, dabei immer wieder mal wenden.
4. Den Baby-Salat-Mix waschen und trocken schleudern. Salat-Mix unter den Linsensalat heben, den Salat auf tiefe Teller oder Schalen verteilen. Die Ziegenkäsetaler und den Bacon darauf anrichten. Übrigen Honig (1 EL) in der Pfanne aufwallen lassen und über Bacon und Käse träufeln. Den Salat servieren.