

## Rezept

# Sahnelinsen mit Frühlingszwiebeln

Ein Rezept von Sahnelinsen mit Frühlingszwiebeln, am 18.12.2025

## Zutaten

<b>350 g</b>	Kartoffeln	<b>125 g</b>	rote Linsen
<b>400 ml</b>	Gemüsebrühe	<b>2 Bund</b>	Frühlingszwiebeln
<b>1 EL</b>	Butter	<b>1 TL</b>	Zucker
	Salz		Pfeffer
<b>2 EL</b>	Pinienkerne	<b>2</b>	feste Tomaten
<b>2 EL</b>	Schmand		

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 485 kcal

## Zubereitung

1. Kartoffeln schälen, 1 cm groß würfeln und mit Linsen und Brühe aufkochen. Bei schwacher Hitze 8-10 Min. garen.
2. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und auf etwa 20 cm Länge zuschneiden. Restliches Grün klein schneiden. Ganze Zwiebeln in heißer Butter in einer breiten Pfanne anbraten. Mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen, bei mittlerer Hitze gut 5 Min. braten. Pinienkerne und halbierte Tomaten zuletzt kurz mitbraten.
3. Klein geschnittene Frühlingszwiebeln und den Schmand zu den Linsen geben, noch 1 Min. kochen. Abschmecken, mit Frühlingszwiebeln, Tomaten und Pinienkernen servieren.