

Rezept

# Schwarzer Linsensalat mit Paprika

Ein Rezept von Schwarzer Linsensalat mit Paprika, am 19.04.2024

## Zutaten

<b>300 g</b> Beluga-Linsen (ersatzweise Berglinsen)	<b>2 TL</b> gekörnte Gemüsebrühe
Salz	je 1 rote und gelbe Paprikaschote
<b>1</b> Salatgurke	<b>200 g</b> Schafkäse (Feta)
<b>4 EL</b> Balsamico bianco	<b>4 TL</b> Dijon-Senf
<b>4 EL</b> Distelöl	<b>1</b> Knoblauchzehe
<b>1 TL</b> edelsüßes Paprikapulver	Pfeffer
<b>1 Bund</b> Kerbel	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 8 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 240 kcal

## Zubereitung

1. Linsen in einem Topf mit Wasser bedeckt zugedeckt bei mittlerer Hitze 20-25 Min. garen. Nach ca. 10 Min. die Gemüsebrühe und 1 TL Salz hinzufügen. Die Paprikas halbieren, putzen, waschen, fein würfeln. Gurke waschen, so schälen, dass rundherum einige Schalenstreifen stehen bleiben, dann in Scheiben schneiden, Feta würfeln. Die fertigen Linsen in ein Sieb gießen, kalt abbrausen und gründlich abtropfen lassen. Mit Paprikas, Gurke und Feta mischen.
2. Für das Dressing Essig und Senf verrühren und das Öl unterschlagen. Den Knoblauch schälen und dazupressen, Paprikapulver hinzufügen, kräftig salzen und pfeffern. Mit den Linsen mischen und 10 Min. durchziehen lassen. Kerbel waschen, trocken schütteln und fein hacken. Den Linsensalat nochmals abschmecken und den Kerbel untermischen. Den Salat in einer großen Schüssel servieren.