



Bunter Linsensalat mit Feta

REZEPT

Zutaten für 2–3 Portionen:

200g Gelbe Linsen
100g Karotten
100g Radieschen
80g Feta
2 EL Olivenöl
1 Rote Paprika
1 Jungzwiebel
Saft einer halben Zitrone
Salz, Pfeffer, gemahlener Kreuzkümmel, frisch gehackte Petersilie

Zubereitung:

Linsen mit der dreifachen Menge Wasser in einem Topf bei mittlerer Hitze 10–15 Minuten garkochen. Restwasser ggf. abgießen und die Linsen kalt abspülen und abtropfen lassen. Karotten waschen, die Enden abschneiden und fein raspeln. Jungzwiebel waschen, die Wurzeln entfernen und in feine Ringe schneiden. Paprika waschen, entkernen und fein würfeln. Radieschen waschen und in Stifte schneiden. Zitrone auspressen. In einer großen Schüssel den Zitronensaft mit Olivenöl vermengen und mit Salz, Pfeffer, gemahlenem Kreuzkümmel und frisch gehackter Petersilie würzen. Das klein geschnittene Gemüse und die Linsen zufügen, gut miteinander vermengen und 30 Minuten ziehen lassen. Den Linsensalat auf einem Teller anrichten und den Feta mit den Händen darüber krümeln.

Tipp:

Statt der gelben Linsen kann man auch rote Linsen oder Tafellinsen verwenden.