

Gmiasiger Brotsalat für Götter



Sei amol g^{*}miasig!

ZUBEREITUNG

30 min



Zutaten

FÜR 4 PERSONEN

- 1 Tasse Berglinsen
- 6 EL Walnüsse
- 1 EL Zucker
- 1 Rote Rübe, gekocht
- 2 rote Zwiebeln
- 1 Karotte
- 100 g saisonaler Blattsalat
- 4 mittelgroße Scheiben altbackenes Brot (ca. 200 g)
- 2 EL Rapsöl

DRESSING

- 6 EL Balsamico-Essig
- 4 EL Kürbiskernöl
- 1 EL Lieblingssenf
- 200 ml Gemüsebrühe
- Jodiertes Salz
- Frisch gemahlener Pfeffer
- Knoblauchpulver

Zubereitung

- 1 1 Tasse Linsen mit 2 Tassen gesalzenem Wasser aufkochen lassen und für ca. 25 Minuten bei geschlossenem Deckel und niedriger Hitze bissfest garen.
- 2 1 EL Zucker in einer Pfanne schmelzen (Zucker karamellisiert/wird braun). Walnüsse dazugeben und kurz durchrühren. Von der Platte nehmen.
- 3 Rote Rübe würfelig schneiden, Zwiebeln schälen, halbieren und fein schneiden. Karotte waschen und grob raspeln, Blattsalat waschen und gut abtropfen lassen.
- 4 Altes Brot würfelig schneiden und mit Öl in einer großen Pfanne rösten (oder im Backrohr).
- 5 Für das Dressing alle Zutaten verrühren.
- 6 Gemüse, Brot, zerbröselte Walnüsse, abgekühlte Linsen und Dressing vermischen und genießen.