

Jakobsmuscheln mit rotem Linsen-Salat und Kresse-Dip

Für 2 Personen

2 große Jakobsmuscheln	2 Sch. luftgetr. Schinken	1 gelbe Karotte
50 g rote Linsen	50 g Lauch	1 Knoblauchzehe
1 unbehandelte Zitrone	4 EL Crème-fraîche	1 TL Senf
1 EL Rotweinessig	2 EL Olivenöl	1/2 Bund Brunnenkresse
1 Bund Thymian	Olivenöl	Zucker
schwarzer Pfeffer	Salz	

Einen Topf mit 250 ml Wasser zum Kochen bringen. Danach den Lauch gründlich waschen, von seinen Enden befreien und in feine Streifen schneiden. Die Karotte schälen und ebenfalls in kleine Streifen schneiden. Beides in einer Pfanne mit etwas Olivenöl anbraten. Anschließend die Zitrone reiben und die Schale zusammen mit den Linsen in den Topf geben. Einen halben Teelöffel Salz hinzufügen und das Ganze aufkochen lassen. Die Hitze reduzieren, unter gelegentlichem Rühren etwa fünf Minuten weich köcheln lassen und dann abtropfen. Den Lauch und die Karotte dazugeben. Den Thymian zupfen. Für die Salatsoße den Senf, den Rotweinessig, das Olivenöl und einen halben Esslöffel Thymian in einer Schüssel vermengen. Nach Bedarf mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und die Linsen, die Karotte und den Lauch dazugeben. Alles gut vermischen und zugedeckt etwa eine halbe Stunde ziehen lassen. In der Zwischenzeit einen weiteren Topf mit Wasser zum Kochen bringen. Für den Dip einen halben Bund Brunnenkresse zupfen, kurz in das Wasser tauchen und anschließend sofort abschrecken. Dann die Zitrone aufschneiden und den Saft auspressen. Den Knoblauch abziehen und eine Zehe zusammen mit dem Zitronensaft, der Crème-fraîche, der Kresse und einer Prise Salz pürieren. Anschließend die Jakobsmuscheln gründlich waschen und trocken tupfen, dann salzen und pfeffern. Den Schinken längs falten und die Muscheln damit umwickeln. Das Ganze mit einem Zahnstocher fixieren. Etwas Olivenöl in der Pfanne erhitzen und die Muscheln bei mittlerer Hitze auf jeder Seite etwa drei Minuten braten. Nach dem Herausnehmen den Zahnstocher entfernen. Die Jakobsmuscheln mit dem rotem Linsensalat und dem Kresse-Dip auf Tellern anrichten, mit etwas Thymian bestreuen und servieren.

Beate Buschmann am 17. Januar 2012