

Kartoffel-Linsen-Gemüse

Für 4 Personen

| | | |
|----------------------------------|----------------------|-----------------------|
| 150 g Champagnerlinsen | 0,8 l Gemüsebrühe | 60 g Karotte |
| 60 g Zwiebeln | 60 g Kartoffeln | 60 g Knollensellerie |
| 2 Stück Haut von Räucherforellen | 1 TL Puderzucker | 2 Scheiben Knoblauch |
| 2 Scheiben Ingwer | 1 Splitter Zimtrinde | 1 Orange, unbehandelt |
| 1 – 2 Lauchzwiebeln | Balsamico, Chili | |
| Salz, Majoran | | |

Einen Streifen Schale der Orange herausschneiden. Karotte, Zwiebeln, Kartoffeln und Knollensellerie putzen und schälen. Die Linsen mindestens zwei Stunden in reichlich kaltem Wasser einweichen. In Salzwasser weich kochen, auf einem Sieb abgießen und abtropfen lassen. Karotte, Zwiebeln, Kartoffeln und Knollensellerie in kleine Würfel schneiden und in der Brühe knapp unter dem Siedepunkt fünf Minuten ziehen lassen. Die Räucherforellenhaut dazu geben, mit einer Prise Majoran würzen und in weiteren fünf Minuten fertig garen. am Ende der Garzeit Knoblauch, Ingwer, einen Zimtsplitter und die Orangenschale darin einlegen. Mit Balsamico, Salz, Puderzucker und Chili abschmecken. Die ganzen Gewürze und die Forellenhaut anschließend daraus entfernen und die Linsen hinein geben. Die Lauchzwiebel putzen, in dünne Ringe schneiden und ebenfalls hinzufügen.

Alfons Schuhbeck am 19. Juni 2009