

# Linsen-Eintopf mit Räucheraal

## Für 4 Personen

400 g grüne, braune Linsen	2 Zwiebeln, gewürfelt	6 El Olivenöl
100 ml Weißwein	500 ml Gemüfefond	1 Lorbeerblatt
2 geräuch. Knoblauchzehen	30 g Ingwer, gerieben	50 ml Sojasauce
50 g Miso-Paste	1 El Sojabohnenpaste	100 g Sellerie, gewürfelt
100 g Karotten, gewürfelt	100 g Fenchel, gewürfelt	100 g Zucchini, gewürfelt
50 ml Weißweinessig	Salz, Pfeffer	

## Für das Topping:

3 El Olivenöl	150 g Shitake Pilze	1 Stück Zucchini, gewürfelt
4 St. Staudenseller, halbiert	1 Prise Zucker	1/2 Bund Petersilie, gehackt
Salz, Pfeffer		

## Für den Zitrus-Salat:

1 Zitrone, filetiert	1 Grapefruit, filetiert	2 Orangen, filetiert
2 Limetten, filetiert		

## Außerdem:

2 Räucheraalfilets

Die Zwiebelwürfel in Olivenöl bei hoher Hitze hellbraun braten und gleich mit Salz und Pfeffer würzen. Die Linsen dazugeben und kurz mit anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen, kurz einkochen und mit dem Gemüfefond auffüllen. Das Lorbeerblatt, den geräucherten Knoblauch und den Ingwer dazugeben und einmal aufkochen lassen.

Die Hitze reduzieren und die Miso-Paste, Sojasauce und die Sojabohnenpaste dazugeben. Für 10 Minuten leicht köcheln lassen. Dann die Würfel von Sellerie, Karotte, Fenchel und Zucchini dazugeben und die Linsen für weitere 8 Minuten bissfest garen. Von der Hitze nehmen und mit Salz, Pfeffer, dem Weißweinessig und dem ausgetretenen Saft der Zitrus-Filets abschmecken.

Die Shiitake und die Zucchini mit Salz und Pfeffer würzen und in einer heißen Pfanne mit dem Olivenöl zwei Minuten anbraten.

Staudensellerie und Zucker dazugeben, die Hitze ein wenig reduzieren, für weitere drei Minuten anbraten und karamellisieren lassen. Von der Hitze nehmen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit der gehackten Petersilie vermischen.

Den Linsensalat in eine Schüssel geben, den Zitrusalat und das Topping darauf anrichten. Die Räucheraalwürfel in einer Schüssel separat dazu servieren.

Björn Freitag und Frank Buchholz am 27. Oktober 2024