

Brokkoli-Linsen-Salat mit Tomaten-Aioli

Für 4 Personen

Für den Salat:

| | | |
|---------------------|------------------------|--------------------------------|
| 200 g Beluga-Linsen | 1 Zwiebel | 5 EL Olivenöl |
| 400 ml Gemüsebrühe | 4 EL Balsamico | Salz |
| Pfeffer | 1 Prise Cayennepfeffer | 500 g Brokkoli |
| 50 g Haselnüsse | 2 EL Butter | 1 Prise Zucker |
| 1 Prise Muskatnuss | 1 Bund Schnittlauch | 50 g Pecorino (ital. Hartkäse) |

Für die Aioli:

| | | |
|--------------------------|--------------------------|-----------------|
| 2 Eigelbe | 1 TL scharfer Senf | Salz |
| Pfeffer | 200 ml mildes Pflanzenöl | 0,5 Bio-Zitrone |
| 50 g getrock. Öl-Tomaten | 30 g eingelegte Kapern | 1 Knoblauchzehe |

Die Linsen etwa 1 Stunde in einer Schüssel mit kaltem Wasser einweichen, dann in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.

Die Zwiebel schälen und fein würfeln.

1 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebel darin anschwitzen. Die Linsen und die Gemüsebrühe dazugeben und etwa 20 Minuten weich kochen.

In der Zwischenzeit für die Aioli die Eigelbe mit Senf, etwas Salz und Pfeffer in eine Schüssel geben und mit einem Schneebesen verrühren. Das Öl erst tropfenweise, dann in feinem Strahl unter ständigem Schlagen mit dem Schneebesen zugeben.

Sobald das ganze Öl untergeschlagen ist, 30 Sekunden kräftigiterrühren, bis die Masse dick und glänzend geworden ist.

Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen.

Die getrockneten Tomaten und Kapern fein hacken. Den Knoblauch schälen und sehr fein hacken.

Etwas Zitronenschale und Zitronensaft, Tomaten, Kapern und Knoblauch unter die Mayonnaise geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die gekochten Linsen abgießen, in eine Schüssel geben und noch warm mit Balsamico und restlichem Olivenöl marinieren. Mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen und abkühlen lassen. Brokkoli waschen, in kleine Röschen teilen und diese in einem Topf mit kochendem Salzwasser bissfest kochen.

In der Zwischenzeit die Haselnüsse ohne Fett in einer Pfanne rösten, herausnehmen und kleinhacken.

Den Brokkoli in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.

Butter in der Pfanne schmelzen und die Brokkoliröschen darin kurz schwenken, mit Salz, Zucker und einer Prise Muskatnuss würzen.

Schnittlauch abrausen, trocken schütteln, fein schneiden und unter die Linsen mischen, diese nochmal abschmecken.

Brokkoli locker unter die Linsen mischen und anrichten. Mit gehackten Haselnüssen bestreuen, den Pecorino grob darüber hobeln und die Aioli dazu reichen.

Ali Güngörmüs am 23. August 2021