

Linsen-Salat mit Apfel-Dressing

Für 2 Portionen

100 g Linsen, braun	1 Apfel	2 Schalotten
2 EL Rapsöl	3 Stiele Thymian	3 EL Apfelessig
3 EL Apfelsaft	Zucker, Salz, Pfeffer	8 Kirschtomaten
50 g Feldsalat		

Die Linsen in einem Topf mit etwas Wasser weichkochen. Apfel waschen, entkernen und klein würfeln. Schalotten abziehen und ebenfalls klein würfeln. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen, Schalotten und Apfelwürfel darin anschwitzen. Thymianblättchen von den Stielen zupfen und zugeben. Mit Essig und Apfelsaft ablöschen, mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Die gegarten Linsen abgießen und in eine Schüssel geben. Dressing darüber verteilen und untermischen. Feldsalat und halbierte Kirschtomaten auf Tellern verteilen und den Linsensalat darauf anrichten.

Steffen Henssler am 24. Oktober 2012