

Linsen-Salat mit Brokkoli und gebratenem Ziegenkäse

Für 4 Personen

200 g Belugalinsen	1 Zwiebel	5 EL Olivenöl
400 ml Geflügelfond	4 EL Balsamico	Salz
Pfeffer	Cayennepfeffer	1 Brokkoli
2 EL Butter	1 Prise Zucker	Muskatnuss
2 EL Pinienkerne	1 Bund Schnittlauch	2 Ziegenkäserollen (à 200 g)
1 EL Sonnenblumenöl		

Die Linsen in eine Schüssel mit reichlich kaltem Wasser geben und 2 Stunden einweichen. Dann in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.

Die Zwiebel schälen und fein schneiden.

In einem Topf etwas Olivenöl erhitzen und die Zwiebel darin anschwitzen. Die Linsen zugeben, Geflügelfond angießen und die Linsen weichkochen (ca. 20 Minuten).

Die Linsen in eine Schüssel geben und noch warm mit Balsamico und restlichem Olivenöl marinieren, mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen und ziehen lassen.

Den Brokkoli putzen, in gleichmäßige Röschen zerteilen und in einem Topf mit Salzwasser bissfest kochen. Dann in ein Sieb abgießen.

Den Topf wieder auf den Herd stellen, Butter und Brokkoli hineingeben und glasieren. Mit Salz, Zucker und einer Prise Muskat würzen.

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten.

Schnittlauch abrausen, trocken schütteln, fein schneiden und mit den gerösteten Pinienkernen unter die Linsen mischen. Glasierten Brokkoli obenauf geben.

Jede Ziegenkäserolle in 6 Scheiben schneiden. In einer Pfanne das Sonnenblumenöl erhitzen und die Käsescheiben darin von beiden Seiten scharf anbraten.

Den Linsen-Brokkoli-Salat auf Tellern anrichten und pro Person 4 Scheiben Ziegenkäse obenauf geben.

Martin Gehrlein am 11. September 2019