

Belugalinsen Salat

Salat zum Grillen oder Vorspeise in kleinen Gläschen

Zutaten:

80 g	Belugalinsen
10	Radieschen
2	Frühlingszwiebel
1/2	Zitrone
1 TL	mittelscharfer Senf
1-2 EL	Ahornsirup
1-2 EL	Olivener Öl (mild, fruchtig)
Prise	Salz - Pfeffer



Zubereitung:

Belugalinsen mit Salz nach Packungsanweisung bissfest kochen, in einem Sieb abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken. Radieschen und Frühlingszwiebeln waschen und in dünne Scheiben schneiden.

Für die Salatsauce: Zitrone auspressen und mit Senf, Ahornsirup, Salz, Pfeffer und Öl kräftig mischen. Belugalinsen, Radieschen, Frühlingszwiebel und die Salatsauce mischen und abschmecken.

Manu Sechi