

BERGLINSENSALAT MIT ROTE BETE

Kategorie: **ABENDESSEN** **MITTAGESSEN** **SALAT** **VEGETARISCH**



Zutaten für 1 Portion:

- 30 g Berglinsen
- 200 ml Gemüsebrühe
- 160 g Rote Bete
- 160 g Möhre
- 1 Teelöffel Butterschmalz
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Cayennepfeffer
- 1 Stängel Petersilie
- 60 g Mozzarella (Büffel)
- 1 Stück Zitrone
- 1 Esslöffel Walnussöl
- 0.25 Stück Granatapfel

ZUBEREITUNG:

Die Linsen waschen und in der Gemüsebrühe und etwas Wasser ca. 30 Minuten gar kochen.

Rote Bete und Möhren schälen, in mundgerechte Stücke schneiden und in separaten Töpfen bissfest kochen. In einer Pfanne mit Butterschmalz kurz anrösten und mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.

Die Petersilie waschen, trocknen und fein hacken.

Den Büffelmozzarella in kleine Würfel schneiden und mit dem Gemüse und den Linsen auf einem Teller anrichten.

Den Zitronensaft mit dem Walnussöl verrühren und das Dressing über den Salat geben. Mit den Granatapfelkernen garnieren.