



Ein Rezept von Henriette Wulff

Weitere leckere Ideen finden Sie unter www.henriettewulff.de

Belugalinsen-Salat mit Pflaumen, Radicchio, Parmesan & Schokoladen-Dressing

Zutaten (für 4 - 6 Personen)

200 g Beluga-Linsen (Trockenware)
400 g Pflaumen
100 g Radicchio
40 g Parmesan am Stück
8 EL Olivenöl
6 EL Apfelessig
2 TL flüssiger Honig
1 TL frischer Thymian, fein gehackt
2 EL Kakaonibs
Salz und frisch gemahlener, schwarzer Pfeffer

Zubereitung

- Die Linsen nach Packungsanweisung bissfest garen, abgießen und abkühlen lassen. Die Pflaumen halbieren, entkernen und dann vierteln. Den Radicchio mit den Händen in mundgerechte Stücke zupfen. Den Parmesan mit einem Sparschäler oder Messer in Späne schneiden.
- Für das Dressing das Olivenöl, Apfelessig, Honig, Thymian und Kakaonibs zu einem Dressing verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Linse, Pflaumen, Radicchio, Parmesan und Dressing miteinander vermengen und den Salat sofort servieren.