

Apfel-Linsen-Salat von marta ostertag

Mengen für 10 Personen

500 g Linsen	Beluga-Linsen
12 g Zucker	
1.5 dl Apfelessig	
750 g Äpfel	
2.0 Bund Petersilie, frische	
2.5 dl Rapsöl	
7.0 g Salz	und Pfeffer

In einem Topf ausreichend Wasser aufkochen und die Beluga-Linsen darin ohne Salz etwa 20 Minuten knackig garen (alternativ auch über Nacht einweichen). Abgiessen und abtropfen lassen. Zucker und Essig in einem kleinen Topf erwärmen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Die Äpfel vierteln, Kerngehäuse entfernen und fein würfeln. Zur Essig-Zucker-Mischung geben, abkühlen lassen. Die Petersilie fein hacken und zusammen mit dem Öl untr die abgekühlte Essig-Apfel-Mischung rühren. Die Sauce über die lauwarmen Linsen geben, kurz mischen und mit Salz und Pfeffer würzen.