

Rezept für veganen Linsensalat

Zutaten

für 4 Personen

für den Salat

- 250 g Beluga-Linsen
- 500 g gegarte Rote Bete
- 60 g Walnüsse
- 500 ml Gemüsebrühe
- 250 g Kirschtomaten
- 2-3 Lauchzwiebeln

für das Dressing

- 4 EL Weißweinessig
- 6 EL Olivenöl
- 1 EL Senf
- 1 EL Agavendicksaft
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- Salz und Pfeffer



Zubereitung

1. Die Beluga-Linsen mit der Gemüsebrühe in einen Topf geben und für circa 25 Minuten köcheln lassen. Tipp: Die Linsen sollen bissfest bleiben, daher am besten schon vor Ende der Garzeit die Konsistenz testen.
2. Die Rote Bete in mundgerechte Würfel schneiden. Kirschtomaten und Lauchzwiebel waschen. Die Tomaten vierteln und Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden. Die Walnüsse grob hacken.
3. Die Zutaten für das Dressing in eine Schüssel geben und miteinander verrühren. Die gekochten Linsen mit den Kirschtomaten und den Frühlingszwiebeln dazugeben.
4. Alles gründlich vermengen und den Salat mit den gehackten Walnüssen garnieren.