

Linsen-Curry mit Schwarzwurst & Kerbel-Pesto



Zutaten:

- 150 g rote Linsen
- 250 ml Sahne (alternativ: Hafermilch oder Kokosmilch)
- 400 g Tomatenpüree
- 1 Zwiebel, geschält und gewürfelt
- 1 Knoblauchzehe, geschält und gewürfelt
- 2 cm großes Stück Ingwer, geschält
- 2 EL Currypulver (alternativ: 1 EL Raz el Hanout)
- 1 EL Paprikapulver, edelsüß
- Salz & Pfeffer
- 2 EL Öl (z.B. Rapsöl) zum Braten
- 2 Zwiebeln, rot
- 4 Schwarzwürste, geräuchert
- 1 Bund Kerbel
- 30 g Walnüsse oder Haselnüsse
- 50 ml Raps- oder Traubenkernöl
- 1 Bio-Zitrone oder -Limette, Abrieb und Saft

Extra: 1 Bio-Zitrone oder -Limette, geachtelt

Zubereitung

In einem Topf Öl erhitzen, darin die Zwiebel- und Knoblauchwürfel 1 Minute anbraten. Den Ingwer fein reiben und mit den Linsen, Curry- und Paprikapulver in den Topf geben. Kurz verrühren, dann Sahne und Tomatenpüree zugießen. Bei mittlerer Hitze ca. 10-12 Minuten rührend garen. Anschließend mit Salz und Zitronensaft abschmecken. Tipp: Die Linsen sollten noch etwas Biss haben.

Kerbel grob schneiden und in einem hohen Gefäß mit 50 ml Öl und den gehackten Nüssen, Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer pürieren.

Rote Zwiebeln schälen und in feine Ringe schneiden. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und die Zwiebelringe darin 4-5 Minuten anbraten. Zwiebelringe salzen und in eine kleine Schüssel oder Tasse geben.

Schwarzwürste eventuell häuten und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben in der Pfanne auf jeder



Seite 1 Minute scharf anbraten.

Zum Servieren die Linsen auf Teller verteilen. Darauf die Schwarzwurstscheiben und die Zwiebeln anrichten. Mit Pesto beträufeln. Dazu 1-2 Zitronen- oder Limettenachtel legen.

Tipp: Dazu schmecken kleine gebackene Blätterteig-Kissen oder Baguette.

Anmerkung: Für die Blätterteig-Kissen Blätterteig aus dem Kühlregal in 2 cm x 3 cm große Rechtecke schneiden und 8 Minuten backen.