

# Lauch-Linsen-Salat

Winter

4 Portionen

## Zutaten

160 g rote oder braune Linsen, getrocknet

2 l Gemüsebrühe

200 g Möhren

400 g Lauch

4 EL Weinessig

2 TL Senf

1 EL Rapsöl

Jodsalz/ Pfeffer

gehackte Petersilie

1. Linsen in 2 Liter Gemüsebrühe ca. 15 Minuten garen.
2. Während der letzten 10 Minuten die kleinen gewürfelten Möhren zugeben. Dann abgießen und auskühlen lassen.
3. Lauch in sehr feine Ringe schneiden, mit den Linsen und Möhren mischen. Aus Weinessig, Senf, Rapsöl Gewürzen eine Soße bereiten und mit dem Gemüse vermengen. Eine halbe Stunde durchziehen lassen und zum Schluss mit Petersilie bestreuen.

✓ **Dazu passt:** Käse-Vollkornbrot

**Tipp:** Dieses Rezept lässt sich gut am Vorabend vorbereiten. Anstatt Weinessig eignet sich auch Apfelessig sehr gut!