



Belugalinsensalat mit Pfirsich und Feta

🕒 20–25 Min   

Zubereitung

Zutaten 4 Portionen

🔥 = Kotányi Produkte

400 g	Belugalinsen
2 Stk.	Pfirsiche
200 g	Feta
1 Stk.	Frühlingszwiebel
250 g	Cherrytomaten
6 EL	Balsamico Essig
	Olivenöl extra vergine
1 TL	🔥 Bio Oregano gerebelt
1 Prise	🔥 Meersalz jodiert grob
1 Prise	🔥 Pfeffer schwarz ganz

- 1 Linsen in einem Topf mit gesalzenem Wasser zum Kochen bringen und je nach Packungsanleitung weich kochen. Währenddessen die Cherrytomaten waschen und vierteln. Anschließend den Feta in Würfel schneiden, mit zwei EL Olivenöl und dem Oregano vermengen.
- 2 Im nächsten Schritt die Frühlingszwiebel abspülen und in feine Ringe schneiden. Die Pfirsiche waschen, den Kern entfernen und in dünne Spalten schneiden. Etwas Olivenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Pfirsichstücke darin so lange anbraten bis sie schöne Röstspuren erhalten.
- 3 Die fertigen Linsen abgießen und gemeinsam mit den Tomaten, den Fetastücken und den Frühlingszwiebelringen in eine Schüssel geben. Den Balsamico Essig und einen guten Schuss Olivenöl dazugeben und alles vermengen. Mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken.
- 4 Den Salat anrichten, mit den Pfirsichspalten garnieren und lauwarm servieren.

