



LINSENSALAT

15 Minuten

- Karotte, Gurke und Spitzpaprika in Würfel schneiden.
- Die Kirschtomaten halbieren und mit dem gewürfelten Gemüse und den Linsen in eine Salatschüssel geben.
- Frühlingszwiebeln halbieren, in feine Ringe schneiden und den Linsen beimengen.
- Petersilie fein hacken und unter den Linsensalat mischen.
- Für das Dressing den Saft der Zitrone in eine kleine Schüssel geben und mit Essig, Honig, KRONENÖL, Kreuzkümmel, Chiliflocken, Salz und Pfeffer gut verrühren.
- Jetzt das Dressing unter den Linsensalat mischen und für ca. 2 Stunden kalt stellen – am besten sogar über Nacht.
- Salat anrichten, mit Feta und Petersilie garnieren und genießen!

2 Personen

- 1 Dose gekochte Linsen
- 1 mittelgroße Karotte
- 1 gelber Spitzpaprika
- 250 g Kirschtomaten
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1 Salatgurke ca. 15 cm
- 5 Stängel frische Petersilie
- 1 TL Kreuzkümmel gemahlen
- 4 EL KRONENÖL
- 2 TL Honig
- 1 Zitrone
- 2 EL Weißweinessig
- 1 Prise Chiliflocken
- 80 g Feta
- Salz & Pfeffer