

Linsen-Liebe: Linsen-Curry mit Schwarzwurst & Kerbel-Pesto



Linsen mit viel Geschmack

Das heutige Linsengericht wird ausnahmsweise mit geschälten Linsen, den roten Linsen zubereitet. Hier gibt es mittlerweile Erzeuger und Anbieter aus Baden-Württemberg, die die leuchtend rote Linsenspezialität auf Märkten und im Internet verkaufen. Die kleinen roten Linsen sind geschält, so dass diese in 8-12 Minuten fertig sind. Wer die Linsen weicher, breiiger möchte, kocht sie länger.

Als Geheimtipp empfehlen wir, statt Sahne etwas Kokosmilch zu verwenden. Das gibt dem Gericht mit Curry oder Raz el Hanout eine aufregend orientalische Note.

Dazu passen heimische Schwarz- bzw. Blutwürste, die in Scheiben geschnitten und angebraten wunderbar butterig zum Gericht passen. Alternative schmecken auch Merguezwürstchen dazu. Als

vegetarische Variante empfehlen wir marinierten Hirtenkäse und gebratenes Gemüse. Doch auch pur mundet das Linsencurry ausgezeichnet.

Deswegen hier die heutige Rezeptur für "**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.