

Heather Stewart von Delta Wines empfiehlt:

### Energiespender – Linsensalat mit Ziegenfrischkäse

& Sauvignon Blanc

#### Zutaten

1 Fenchelknolle, fein gewürfelt  
1 Möhre, fein gewürfelt  
1 Stange Sellerie, fein gewürfelt  
1 kleine Zwiebel, fein gewürfelt  
1 Knoblauchzehe, fein gehackt  
200 g kleine grüne Linsen  
500 ml Hühnerbrühe  
2 Lorbeerblätter  
3 Thymianzweige  
60 ml Olivenöl  
2 EL Walnussöl  
2 EL Rotweinessig  
Saft einer halben Zitrone  
1 Bund glatte Petersilie  
1 kleinen Kopf Radicchio  
1 EL Thymianblätter  
50 g gehackte Walnüsse  
100 g Ziegenfrischkäse



#### Zubereitung

In einem Topf das fein gewürfelte Gemüse und den gehackten Knoblauch in 40 ml Olivenöl 5 Minuten andünsten, dabei regelmäßig umrühren. Linsen, Hühnerbrühe sowie Thymianzweige und Lorbeerblätter dazu geben und bei mittlerer Hitze 15-20 Minuten köcheln lassen. Danach restliche Flüssigkeit abgießen, Thymian und Lorbeer herausnehmen, den Topf zur Seite stellen und das Gemüse abkühlen lassen. Für die Vinaigrette Walnussöl, 20 ml Olivenöl, Rotweinessig und Zitronensaft verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Schüssel das Linsengemüse mit grob zerkleinerten Radicchio- und Petersilienblättern sowie Walnüssen und Thymianblättern mischen. Das Dressing darüber verteilen und alles gut vermengen. Zum Schluss den Ziegenkäse in Flocken auf dem Salat verteilen. Dazu passt sehr gut ein spritziger Sauvignon Blanc.

**Den Wein zum Rezept erhalten Sie auf [www.vinovossum.de](http://www.vinovossum.de)**