



Rindswurst und Zucchini-Lauch-Gemüse

auf Rucola-Linsen-Salat mit Croûtons



ca. 25min



2 Personen

Würstchen als leckere Einlage in heißer Linsensuppe erinnern uns an gemütliche Winterabende in Omas Küche. Heute bleibt es zwar rustikal und ungezwungen, aus der heißen Suppe haben wir aber einen lauwarmen Linsensalat mit frischem Rucola und geröstetem Gemüse gemacht. Mit herzhaften Rindswurstscheiben, knoflig-kräuterigen Croûtons und Olivendressing ziehen wir das gesamte Register würziger Geschmacksnoten. Guten Appetit!

- 1 Stange Lauch
- 1 Zucchini
- 2 Rindswürste
- 1 Packung grüne Oliven
- 2 Ciabattabrötchen ^{1,6,7}
- 1 Päckchen Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 1 Dose Linsen
- 50g Rucola

- 1TL Senf ¹⁰
- 1TL Honig
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Balsamicoessig ¹⁷

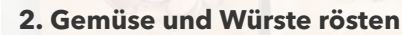
- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Sieb

Allergene
Gluten (1), Sojabohnen (6), Milch (7),
Senf (10), Sulphite (17). Kann Spuren von
anderen Allergenen enthalten.

Energie 849kcal, Fett 52.4g,
Kohlenhydrate 55.0g, Eiweiß 35.6g



Das Backblech mit den **Würsten** aus dem Ofen nehmen. Die **Brötchen** in grobe Stücke zupfen und neben den **Wurstscheiben** auf das Backblech geben. Mit 1EL Olivenöl und der **Gewürzmischung** vermengen. Die Position der Backbleche tauschen und die **Croupons** über dem **Gemüse** im Ofen in 6-8Min. goldbraun und knusprig backen.



Die **Linsen** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen.



Die **Limons** und den **Rucola** mit dem **Dressing** vermengen und auf Teller verteilen. Das **Ofengemüse** und die **Rindswürste** darauf anrichten. Mit den **Croûtons** und den **restlichen Oliven** garnieren und servieren.