



Za'atar-Brie mit Austernpilzen

und Apfel auf buntem Linsensalat



ca. 20min



4 Portionen

Ein knackiger Salat mit gebratenem Lauch, feinen Austernpilzen und einer unwiderstehlichen Vinaigrette ist die Basis für die eigentlichen Stars des Abends: in Za'atar gewendeter Brie, süße Apfelscheiben und aromatische Walnüsse. Für ein köstliches Proteinplus kommen in dieser Rezeptversion noch nahrhafte Linsen mit auf den Teller. Délicieux!

Was du von uns bekommst

- 500g Austernpilze
- 2 Dosen Bio-Linsen
- 2 Pck. italienische Gewürzmischung
- 400g geschnittener Lauch
- 2 Pck. Brie ¹
- 2 Pck. Za'atar-Gewürzmischung ³
- 2 Äpfel
- 200g Eisberg-Salatsmischung
- 100g Walnusskerne ⁴

Was du zu Hause benötigst

- 2TL Senf ²
- 2EL Butter ¹
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp

Wer den Lauch weicher mag, kann ihn etwas länger braten.

Allergene

Milch (1), Senf (2), Sesamsamen (3), Schalenfrüchte (4). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1002kcal, Fett 76.3g, Kohlenhydrate 41.4g, Eiweiß 33.9g



1. Pilze braten

Die **Pilze** in 1-2cm breite Streifen zupfen oder schneiden, dann in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze in 6-8min. goldbraun braten. Inzwischen die **Linsen** in einem Sieb kalt abspülen und abtropfen lassen. Die **Pilze** mit der **½ der italienischen Gewürzmischung** und ½TL Salz würzen und auf einem Teller beiseitestellen. Die Pfanne wird weiterverwendet.



2. Lauch braten

Den **Lauch** in der Pfanne mit 1 kräftigen Prise Salz bei mittlerer Hitze ca. 3Min. braten, bis der **Lauch** weich wird, dabei nur nach Bedarf etwas Öl hinzufügen. Anschließend mit der **restlichen Gewürzmischung** sowie ggf. mehr Salz abschmecken und ebenfalls auf einem Teller beiseitestellen. Die **Linsen** in der Pfanne in 3-4Min. bei mittlerer Hitze erwärmen.



3. Käse schneiden

Inzwischen die **Bries** jeweils in ca. 8 Spalten schneiden.



4. Bries verfeinern

Die **Za'atar-Gewürzmischung** auf einem flachen Teller verteilen und die **Schnittseiten des Bries** leicht hineindrücken, bis sie gleichmäßig bedeckt sind.



5. Äpfel schneiden

Die **Äpfel** vierteln, entkernen und in dünne Scheiben schneiden.



6. Vinaigrette zubereiten

2EL Lauch mit 2EL Olivenöl, 3EL Essig, 5EL Wasser, 2TL Senf, ½TL Salz und 1 kräftigen Prise Pfeffer in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer glatt pürieren. Den **Salatmix** mit den **Linsen**, dem **übrigen Lauch** und der **Vinaigrette** vermengen und auf Teller verteilen. Die **Pilze**, die **Äpfel** und den **Brie** darauf anrichten und mit den **Walnüssen** garniert servieren.