



Wildschweinbratwurst auf Linsensalat

mit Cranberrys und Zwiebeln



ca. 25min



3-4 Personen

Die herzhafte Wildschweinbratwurst wird perfekt begleitet von einem feinen Linsensalat mit Karotten und Sellerie sowie einem süß-säuerlichen Cranberry-Zwiebel-Topping. Deftige Hausmannskost, die schnell geht und einfach glücklich macht!

- 1 rote Zwiebel
- 2 Päckchen körniger Senf ¹⁰
- 1 Päckchen
Gemüsebrühgewürz
- 2 Dosen Linsen
- 2 Packungen „Muschel“-
Gemüsemix ⁹
- 2 Päckchen getrocknete
Cranberrys
- 1 unbehandelte Zitrone
- 8 Wildschweinwürste ^{1,3}
- 10g Petersilie

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

- großer Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitronenpresse
- Sieb

Energie 719kcal, Fett 40.9g,
Kohlenhydrate 54.2g, Eiweiß 31.4g



1. Brühe ansetzen

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und fein würfeln. Die **1/2 der Zwiebeln** in einem großen Topf mit 1EL Olivenöl 2-3Min. glasig anbraten. Den **Senf**, das **Brühgewürz** und 500ml warmes Wasser einrühren und zum Kochen bringen.



4. Topping zubereiten

Die **übrigen Zwiebeln** und die **Cranberrys** mit 1EL Olivenöl in einer großen Pfanne 2-3Min. goldbraun anbraten. **1TL Zitronenschale** und **1-2EL Zitronensaft** dazugeben und 1-2Min. mitgaren, bis die Flüssigkeit verdampft ist und die **Zwiebeln** weich sind. Das **Cranberry-Zwiebel-Topping** mit etwas Zucker abschmecken.



2. Linsen und Gemüse kochen

Die **Linsen** in ein Sieb abgießen, kurz mit kaltem Wasser abspülen und gut abtropfen lassen. Dann mit dem **Gemüsemix** in den Topf geben und 5-8Min. unter gelegentlichem Rühren kochen, bis das **Gemüse** gar ist. Überschüssige Flüssigkeit ggf. vor dem Servieren in ein Sieb abgießen.



5. Würste braten

Das **Topping** aus der Pfanne nehmen und die Pfanne auswischen. Die **Würste** mit 2EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze auf jeder Seite ca. 1Min. anbraten. Die Hitze reduzieren und auf jeder Seite weitere 4–5Min. braten, bis die **Würste** gar sind. Die **Petersilie samt Stängeln** grob hacken.



3. Cranberrys hacken

Die **Cranberrys** grob hacken. Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen.



6. Salat fertigstellen

Die **Linsen** und das **Gemüse** mit der **1/2 der Petersilie**, **1EL Zitronensaft** und **1EL Olivenöl** vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Würste** auf dem **Linsensalat** anrichten, das **Cranberry-Zwiebel-Topping** und die **übrige Petersilie** darüberstreuen und servieren.