



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!

Was du von uns bekommst

- 1 rote Zwiebel
- 2 Päckchen körniger Senf¹⁰
- 1 Päckchen Gemüsebrühgewürz
- 2 Dosen Linsen
- 2 Packungen „Muschel“-Gemüsemix⁹
- 2 Päckchen getrocknete Cranberrys
- 1 unbehandelte Zitrone
- 8 Wildschweinwürste^{1,3}
- 10g Petersilie

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

Küchenutensilien

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

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

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Sellerie (9), Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

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 einröhren und zum Kochen bringen.



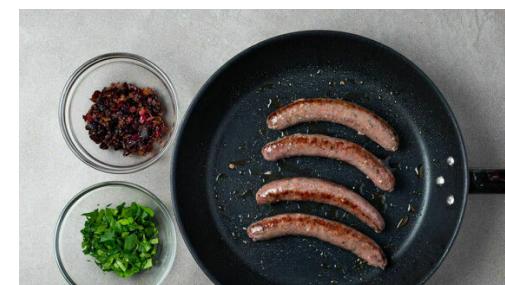
4. Topping zubereiten

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.