

POMME D'OR

ORIENTALISCHER LINSENSALAT

Zutaten für 4 Personen:

- | | |
|-------------------------|---------------------------|
| - 250 g Linsen, braun | - 1 TL Cumin |
| - 3 Zwiebeln | - 4 EL Walcher Pomme d'Or |
| - 1-2 Knoblauchzehen | - 1 EL Honig |
| - 1 Zimtstange | - 4 EL Olivenöl |
| - 1 großes Stück Ingwer | - Pfeffer und Salz |
| - 1/2 Bund Dill | |

Zubereitung:

Linsen über Nacht einweichen. Anschließend mit der Zimtstange, der Hälfte des gehackten Ingwers und einer Knoblauchzehe bissfest garen (ca. 5 Minuten). Zwiebel in Ringe schneiden und in Butter anrösten. Den Ingwer fein reiben und mit Pomme d'Or Walcher, Honig, Olivenöl, Cumin, Pfeffer, gehacktem Knoblauch und Salz zu einer Marinade verrühren. Die Marinade über die noch heißen, abgetropften Linsen gießen und gut vermischen. Dill hacken. Den Linsensalat mit den Zwiebelringen und dem gehackten Dill garnieren.



POMME D'OR

INSALATA ORIENTALE DI LENTICCHIE

Ingredienti per 4 persone:

- | | |
|-------------------------------|--|
| - 250 g di lenticchie marroni | - 1 cucchiaino di cumino |
| - 3 cipolle | - 4 cucchiaini da tavola di |
| - 1-2 spicchi d'aglio | Pomme d'Or Walcher |
| - 1 bastoncino di cannella | - 1 cucchiaio da tavola di miele |
| - 1 pezzetto di zenzero | - 4 cucchiaini da tavola di olio d'oliva |
| - 1/2 mazzetto di aneto | - Pepe e sale |

Preparazione:

Mettere le lenticchie secche in ammollo in acqua fredda per alcune ore. Cuocerle al dente assieme al bastoncino di cannella, metà dello zenzero tritato ed uno spicchio d'aglio (circa 5 minuti). Tagliare la cipolla ad anelli e friggerla nel burro.

Grattugiare finemente il resto dello zenzero e mescolarlo con 4 cucchiaini di Pomme d'Or Walcher, il miele, l'olio d'oliva, il cumino, il pepe, l'aglio tritato ed il sale in modo da ottenere una marinata. Versare la marinata sulle lenticchie scolate ancora calde ed amalgamare bene. Tritare l'aneto. Guarnire l'insalata di lenticchie con l'aneto e gli anelli di cipolla.

