

LAGRINUM

WINTERLICHER SALAT MIT WALNÜSSEN, LINS- SEN UND ROTE BEETE

Zutaten:

- 230g vorgekochte Rote Bete
- 60g Rucola
- 1 rote Zwiebel
- 230g Kartoffeln
- 30g Walnüsse
- 2 Esslöffel Lagrinum Walcher
- 60g Ziegenkäse
- 100g Linsen
- 1 Teelöffel Honig
- 1 Esslöffel Gemüsebrühe
- 2 Teelöffel Olivenöl

Zubereitung:

Backofen auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Kartoffeln waschen und anschließend vierteln. Zwiebel schälen, halbieren und in ca. 1 cm kleine Würfel schneiden. Thymianblätter vom Zweig abtrennen. Kartoffelecken und Zwiebelwürfel in einer Schüssel in Olivenöl schwenken und mit Salz, Pfeffer und den Thymianblättern würzen. Anschließend auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech für 20 Minuten im vorgeheizten Ofen backen. Linsen in einen Topf geben und mit Wasser und Gemüsebrühe auffüllen. Geben Sie so viel Wasser in den Topf, sodass die Linsen ca. 3 cm bedeckt sind. Wasser zum Kochen bringen, Hitze reduzieren und anschließend 20 Minuten köcheln lassen. Nach Ablauf der Kochzeit das Wasser abschütten und die Linsen mit Salz und Pfeffer würzen. Rote Beete in Scheiben schneiden. In einer Schüssel 1 EL Balsamico-Essig und 1/2 EL Honig vermengen und die Rote Beete dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. 5 Minuten vor Ablauf der Backzeit die Rote Beete auf das Backblech zu den Kartoffeln und den Zwiebeln geben. Ofengemüse in eine Schüssel mit Rucola, Linsen, 1 EL Olivenöl sowie 1 EL Lagrinum Walcher vermengen. Gegebenenfalls mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ziegenkäse mit den Händen in kleine Stücke zerteilen und zusammen mit den Walnüssen auf den Salat geben.



LAGRINUM

INSALATA INVERNALE CON NOCI, LENTICCHIE E BARBABIETOLE

Ingredienti:

- 230g di barbabietole precotte
- 60g di rucola
- 1 cipolla rossa
- 230g di patate
- 30 di noci
- 2 cucchiai di Lagrinum Walcher
- 60g di formaggio di capra
- 100g di lenticchie
- 1 cucchiaino di miele
- 1 cucchiaio di brodo vegetale
- 2 cucchiaini di olio d'oliva

Preparazione:

Preriscaldare il forno a 200 °C (forno statico). Lavare le patate e tagliarle in quarti. Sbucciare e dimezzare la cipolla e tagliarla a cubetti di 1 cm. Togliere le foglie di timo dal rametto. Mettere i quarti di patate ed i cubetti di cipolla in una ciotola con olio d'oliva e condire con sale, pepe e foglie di timo. Mettere poi il tutto su una teglia foderata di carta da forno e cuocere in forno preriscaldato per 20 minuti. Mettere le lenticchie in una pentola e riempire con acqua e brodo vegetale. Aggiungere acqua a sufficienza nella pentola per coprire le lenticchie di circa 3 cm. Portare l'acqua ad ebollizione, ridurre il calore e poi far bollire lentamente per 20 minuti. A fine cottura, scolare l'acqua e condire le lenticchie con sale e pepe. Tagliare la barbabietola a fette. In una ciotola mescolare 1 cucchiaio di aceto balsamico e 1/2 cucchiaio di miele e aggiungere le barbabietole. Condire a piacere con sale e pepe. 5 minuti prima della fine della cottura, aggiungere le barbabietole alla teglia con le patate e le cipolle. Infine mettere le verdure da forno in una ciotola assieme alla rucola, le lenticchie, 1 cucchiaio di olio d'oliva e 1 cucchiaio di Lagrinum Walcher. Condire con sale e pepe se necessario. Spezzare il formaggio di capra in piccoli pezzi con le mani, aggiungerlo all'insalata insieme alle noci e servire.

