Italienische Rezepte

Lauwarmer Linsensalat mit Räucheraal

Anzahl: 4 Portionen
Gattung: Aal, Europa, Fisch, Hülsenfrüchte, Italien, Linse

120	g	grüne Berglinsen
80	g	Möhren
40	g	Lauch
50	g	Sellerie
70	g	Schalotten
30	g	Schinkenspeck
6	Essl.	Olivenöl
1		geh. TL Senf
300	ml	Geflügelfond
1	Essl.	Tomatenmark
6	Essl.	Aceto Balsamico
		Salz, Pfeffer
400	g	Räucheraal
4		Stiele glatte Petersilie
8	große	Eisbergblätter
2	Essl.	Apfel-Balsamessig
3		Stiele Kerbel

---

1. Linsen über Nacht in kaltem Wasser einweichen.

2. Möhren und Sellerie schälen und in 2-3 mm große Würfel schneiden. Schalotten, Lauch und Schinkenspeck in 2-3 mm große Würfel schneiden.

3. 3 El Olivenöl erhitzen und die Gemüse und den Schinkenspeck darin anschwitzen. Linsen in ein Sieb schütten, abtropfen lassen und zum Gemüse geben. Fond zugießen und bei mittlerer Hitze 15-20 Min. köcheln lassen, bis 2/3 der Flüssigkeit verkocht sind. Dabei öfter Rühren. Dann Senf, Tomatenmark, Balsamico und restliches Olivenöl zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und weitere 2 Min. köcheln lassen. Beiseite stellen.

4. Aal enthäuten, entgräten und in 2 cm große Stücke schneiden. Petersilienblätter abzupfen, fein hacken. Aal und Petersilie zu den Linsen geben und unterheben. Salatblätter auf einer Platte anrichten und mit Apfel-Balsamessig besprühen. Linsensalat gleichmäßig auf die Salatblätter verteilen und mit abgezupften Kerbelblättern dekorieren. Sofort servieren.

Zubereitungszeit: 40 Minuten (plus Einweichzeit)