

Broccoli mit roten Linsen (4 Personen, Vorspeise)

400 g Broccoli
5 dl Gemüsebouillon

Salat

Broccoli putzen, in Röschen schneiden und je nach Grösse halbieren. Brocolistiel schälen und in Stücke schneiden. Röschen und Stiel mit Gemüsebouillon ca. 6 Min zugedeckt kochen. In einem Sieb abtropfen lassen, den Sud dabei auffangen.

80 g rote Linsen
2dl Bouillon

Linsen in der Gemüsebouillon kurz kochen. Linsen kurz kalt abschrecken und abtropfen lassen.

1 Zitrone / Schale und Saft
3 EL Olivenoel
Salz
1 KL brauner Zucker
1 rote Chilischote

Vinaigrette

Von der Zitrone 1 KL Schale fein abreiben und 4 EL Saft auspressen. Zitronenschale, -saft, Olivenoel, $\frac{3}{4}$ dl Brocolisud, Salz, und Zucker verrühren. Chilischote längs halbieren, entkernen und fein hacken und ebenfalls untermischen.

40 g Parmesan, gehobelt

Anrichten

Linsen und Broccoli mit der Vinaigrette mischen und 30 Min. marinieren lassen.
Mit Parmesan bestreut servieren

Tipp

Kann lauwarm oder kalt serviert werden.