Currylinsen mit Fenchel-Apfel-Tatar

Die Currylinsen mit Fenchel-Apfel-Tatar ist eine wunderbare vegetarische Vorspeise. Ein tolles Rezept für ein Festtagsmenü.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 30 min

Gesamtzeit: 30 min



Zutaten

150 g	Linsen (rot)
1 EL	Curry (mild)
1 EL	Öl
150 ml	Wasser
	Kräutersalz
200 g	Fenchel
2 Stk.	Äpfel
1 TL	Frischen Zitronensaft
2 EL	Sauerrahm
2 Stk.	Basilikumblätter
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Für die Currylinsen mit Fenchel-Apfel-Tatar die Linsen und Curry in Öl andünsten. Mit Wasser

ablöschen und bei niedriger Temperatur etwa 10 Minuten garen lassen. Die Restflüssigkeit abgießen und mit Kräutersalz würzen, abkühlen lassen.

2. Die Fenchel halbieren und den Strunk entfernen. In kleine feine Würfel schneiden, etwas Fenchelgrün aufbewahren.

3. Die Äpfel schälen, in feine Scheiben schneiden, danach in Streifen, dann in Würfel schneiden und mit Zitronensaft beträufeln. Mit Sauerrahm vermengen, gehacktes Basilikum hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4. Die roten Linsen auf Anrichtringe oder größere Keksausstecher verteilen und festdrücken. Die Apfel-Mischung darüber glatt streichen und abschließend den Fenchel darüber schichten Die Ringe vorsichtig entfernen und mit Fenchelkraut garnieren.

Tipp

Zu den Currylinsen mit Fenchel-Apfel-Tatar Crackers servieren.