

## Rote - Linsen - Salat

### Zutaten:

300 g rote Linsen  
200 ml Tomatensaft  
250 ml Gemüsebrühe  
2 Tomaten  
2 Zucchini  
2 Zwiebeln  
3 Knoblauchzehen  
1 kleine Paprikaschote  
4 EL Balsamicoessig (weiß)  
2 TL Senf  
5 EL Sahne  
1 TL Oregano  
Salz, Pfeffer, Olivenöl



### Zubereitung:

- Linsen in der Brühe und dem Tomatensaft 8 Minuten garen.
- Danach gut abtropfen lassen.
- Zwiebeln und Knoblauch fein hacken.
- Beides in wenig Öl glasig dünsten.
- Tomaten, Zucchini und Paprika in kleine Stücke schneiden.
- Sahne, Senf, Essig und Oregano verrühren.
- Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Linsen, Gemüse und Sauce gut vermischen.
- Gekühlt servieren.