

REZEPT

Feine Linsencreme mit Orangensaft und griechischem Joghurt an Veit-Baguette

Dieses Rezept wurde von Birgit Wester, Imkerei BienenElfe aus Reutlingen, im Juni 2023 für das neue Veit-Baguette entwickelt. Birgit Wester als passionierte Imkerin unterstützen wir seit vielen Jahren mit drei Bienenpatenschaften.



Zubereitungszeit: 10-15 min

Zutaten für 4 Portionen:

- 1 Veit-Baguette
- 250 g grüne Alblinsen, z.B. Ableisa von der Schwäbischen Alb
- 2 mittelgroße Zwiebeln
- 50 ml Essigauslese Du Chef von der Reutlinger Essigmanufaktur (alternativ dunkler Balsamico)
- Saft von 2 Orangen
- 150 g griechischer Joghurt
- 2 EL Frühlingsblütenhonig von der Reutlinger Imkerei BienenElfe
- 1 TL regionales Rapsöl
- ½ TL Salz

Zubereitung:

1. Die Linsen in einen Schnellkochtopf geben, 2 fingerbreit mit Wasser bedecken.
2. Die geschälten Zwiebeln ganz, den Essig und Salz dazugeben. Deckel drauf und einmal aufkochen. Abkühlen lassen.
3. Die Zwiebeln entnehmen und entsorgen.
4. Die abgetropften Linsen in eine Glasschüssel geben. Mit Salz, Orangensaft, Honig und Rapsöl kräftig abschmecken. Den Joghurt unterrühren.
5. Die Masse mit dem Pürierstab fein pürieren. Kalt stellen.
6. Baguette in ca. 2 cm dicke, rautenförmige Scheiben schneiden. Toasten oder in Knoblauchbutter in der Pfanne ausbacken.
7. Mit der Linsencreme bestreichen.

Tipp: die Linsencreme schmeckt auch lauwarm sehr gut.

Wir wünschen einen guten Appetit!