



ROTER LINSENAUFSTRICH MIT PAPRIKA

LINSEN | FRÜHSTÜCK, SAUCEN UND DIPS | 15-45 MIN | VEGETARISCH



Zutaten (1 Portion)

200 g Müller's Mühle Rote Linsen
100 g Fetakäse
1 rote Paprika
1 kleine Schalotte
1 Knoblauchzehe
3 EL Tomatenmark
1 TL Paprikapulver
1 TL Currypulver
Salz, Pfeffer

Produkttempfehlungen



ROTE LINSEN

Zubereitungen

1. Rote Linsen für 15 Minuten in Salzwasser garen, abschütten und auskühlen lassen.
 2. Knoblauch und Schalotte schälen und in Stücke schneiden. Zusammen mit den Linsen, Fetakäse, Tomatenmark, Curry- und Paprikapulver in einen Mixer geben und zu einem Aufstrich verarbeiten.
 3. Paprika in sehr feine Würfel schneiden und untermengen. Anschließend den Aufstrich mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Tipp: Unser Rote-Linsen-Aufstrich mit Paprika passt hervorragend zu Vollkornbrot oder auch als Rohkost-Dip.