

Thymianlinsen mit Radicchio und Ruccola

Zutaten:

200 g Räuchertofu
 250 g rohe Linsen
 150 g Radicchio
 200 g Ruccola
 1-2 Zweige frischer Thymian
 0,1 l Weißweinessig
 Rapskernöl

Zubereitung:

Die Linsen kalt abwaschen und mit 1 l kaltem Wasser ohne Salz für ca. 20 Minuten kochen (Garzeit schwankt je nach Sorte) und anschließend abgießen. Salz und Essig mischen und den in Streifen geschnittenen Radicchio und den Ruccola hinzugeben.

Die noch warmen Linsen und den gehackten Thymian unter den Salat mengen. Inzwischen 4 EL Rapsöl in der Pfanne heiß werden lassen und den würfelig geschnittenen Räuchertofu dazugeben. Den Tofu unter mehrfachem Wenden knusprig anbraten. Den gesamten Pfanneninhalt mit dem Salat gut vermischen und ca. 30 Minuten ziehen lassen.

Tip: Vor dem Servieren noch einmal mit Essig und Rapsöl abschmecken.

