



KW 13/2016

## Linsen-Postelein-Salat

### Zutaten für 4 Personen:

250 g Schwarze Linsen, 1 Bd Frühlingszwiebeln, 2 kleine Möhren, ½ dünne Stange Lauch,  
1 Bund Bärlauch, 8 EL Olivenöl, 3 EL Aceto balsamico, 1 EL grober Senf, 1 TL Honig, 120 g Postelein

### Zubereitung:

Die Linsen in ca. 30 Min. in reichlich Salzwasser bissfest kochen lassen.

Inzwischen für den Salat Zwiebeln und Möhren putzen und fein würfeln. Den Lauch putzen, waschen und fein schneiden. Den Bärlauch waschen, trocken schütteln und fein schneiden. Die Zwiebeln mit Möhren und Lauch in 1 EL Olivenöl anschwitzen, abkühlen lassen und in ein Schraubglas geben. Dazu Balsamico, restliches Olivenöl, groben Senf, Bärlauch, Honig und 1 TL Pfeffer und Salz geben und das Ganze gut schütteln.

Den Postelein waschen und abtropfen lassen. Die Linsen mit dem Postelein mischen und mit dem Dressing anmachen.

**Wir wünschen Guten Appetit!**

**Ihr Team vom Gärtnerhof Callenberg**

---

Gärtnerhof Callenberg, Callenberg 12a, 96450 Coburg

Inh.: Dietrich u. Friederike Pax

Tel.: 09561/62623, Fax: 09561/235777, Mail: [bestellung@gaertnerhof-callenberg.de](mailto:bestellung@gaertnerhof-callenberg.de)

D-037 Öko-Kontrollstelle Ust.-Nr. DE 224708876

[www.gaertnerhof-callenberg.de](http://www.gaertnerhof-callenberg.de)

Bankverbindung: GLS Bochum Konto: 6007291100 BLZ: 43060967