



Gans trifft Pflaume



Zutaten für 4 Personen

150g Belugalinsen

3 Stangen Staudensellerie

3 Karotten

4 Stiele Petersilie

2 Granatäpfel

1 EL flüssiger Honig

1 EL Balsamico Essig

2 EL Olivenöl



Salz, Pfeffer

4 x 180g Tassen (ca. 24 Stk) Pflaumen gefüllt mit Frischkäse

500g dünne Scheiben geräucherte Gänsebrust

Holzspießchen

Backpapier

Zubereitung

Linsen in kochendem Wasser ca. 10 Minuten garen- Sellerie waschen, putzen und in feine Streifen schneiden. Karotten putzen, schälen und grob raspeln. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und grob hacken.

Granatäpfel halbieren. Von 1 1/2 Äpfeln die Kerne herausklopfen. Übrige Hälfte auspressen.

Für die Vinaigrette Granatapfelsaft, Honig und Essig verrühren, Öl unterschlagen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Linsen in ein Sieb abgießen, gut abtropfen lassen und mit Karotten, Sellerie, Petersilie, Granatapfelkernen und Vinaigrette vermischen und für ca. 30 Minuten ziehen lassen.

Backofen auf 170°C vorheizen. Je 1 Pflaume in 1 Scheibe geräucherte Gänsebrust wickeln. Dabei darauf achten, dass die Pflaume komplett mit der Gänsebrust ummantelt ist um das Auslaufen des Käses zu vermeiden. Mit einem Holzspießchen feststecken. Röllchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und für ca. 10 Minuten im heißen Ofen backen. Anschließend herausnehmen und noch warm auf dem Linsensalat anrichten.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

Schwierigkeitsgrad: simpel

Mahlzeit 😊