

# Linsen-Poreegemüse als Beilage



Rezept in Anlehnung an ein Rezept von Hello-Fresh und auf Kenwood Cooking Chef umgeschrieben

Für 2 Personen, Rezept kann gut verdoppelt werden

## **Zutaten:**

1 kleine Hand voll Schnittlauch und Thymian

1 Stange Porree/Lauch

1 Stange Selleriestange

1 Karotte

0,5 frische rote Chillischote

200 gr. Sahne (gerne auch die mit niedrigerem Fettanteil)

1 Teelöffel Gemüsebrühenpulver (oder selbstgemachte Gemüsepaste o. ä.)

1 kleine Dose braune gekochte Linsen (alternativ braune Linsen vorher kochen)

Öl zum Anbraten

Salz/Pfeffer

Optional: 250 gr. Lachsfilet.

Ich könnte mir das Gemüse auch gut zu Kartoffelgerichten vorstellen.

## **Zubereitung:**

Multizerkleinerer mit Messer aufsetzen und Schnittlauch/Thymian/Chillischote (geschält und entkernt) zugeben und kurz laufen lassen.



Karotten schälen.

Karotte, Lauch, Selleriestange grob zerkleinern und ebenfalls in Multi geben und kurz laufen lassen.



Etwas Öl in Kessel geben, 140 Grad, Kochrührelement einsetzen, Intervallstufe 3.

Sobald Öl heiss ist, Gemüse zugeben und 9 Minuten laufen lassen. Ich hab zwischendrin die Temperatur auf 100 Grad gesenkt.



Wer Lachs dazu essen möchte (passt hervorragend!) salzt den Lachs mit Haut von beiden Seiten, erhitzt in einer Pfanne etwas Öl und brät ihn von beiden Seiten an. Nicht zu lange, so dass er innen noch rosa ist.



Linsen mit kaltem Wasser in einem Sieb spülen.  
Zum Gemüse ca. 20 gr. Wasser, Gemüsebrühenpulver, Sahne, Linsen, Salz, Pfeffer geben und weitere 4 Minuten bei 100 Grad rühren lassen.



Abschmecken, anrichten, geniessen ☐

