Linsensalat mit Mango nach Carmen

Rezept zur Verfügung gestellt von Carmen Müller

Zutaten:
Belugalinsen (geschätzte Menge ca. 120-150 g getrocknete Linsen – ohne Gewähr), auch Kaviarlinsen genannt
1 reife Mango
1 rote Paprikaschote
1 rote Zwiebel
Etwas Schnittlauch

Vinaigrette:
Maracuja-Essig
Olivenöl, mild
Salz
Pfeffer, schwarz aus der Mühle
Spritzer Limette
Prise Zucker (je nach Süße der Mango)

Zubereitung:
Belugalinsen nach Anleitung kochen, sollten noch ganz leichten Biss haben, da sie noch marinieren.
Rote Zwiebel ganz fein würfeln (Ist mir mühselig, deshalb hobel ich sie ganz fein und schneide sie dann in Viertel).
Die Paprika entkernen und ebenfalls fein würfeln (ca. 5mm), z.B. mit Würfelschneider oder von Hand
Die Mango würfeln, den Schnittlauch in Röllchen schneiden.
Alles miteinander vermengen und das Dressing (Gewürzmühle) zugeben.

Mind. vor dem Verzehr 3 Stunden durchziehen lassen (Kühlschrank).

Ich finde ihn am nächsten Tag immer am besten. Er hält sich ohne Probleme ein paar Tage im Kühlschrank, allerdings nimmt

dann die Mango die Farbe der Linsen etwas an, schmeckt super, ist aber fürs Auge nicht so schön. Allerdings steht er bei mir nie so lange, dann ist er schon vernichtet.

Genaue Mengenangaben habe ich leider nicht, da ich es nach Gefühl mache. Ihr schafft das schon. Es sind doch alles erfahrene Köche hier.