

Gebackener Schafskäse mit Birnen-Linsen-Salat

Zutaten | 4 Portionen

300 g	braune Linsen
100 g	rote Linsen
1	kleine Zwiebel
4 EL	Rapsöl, kaltgepresst
2 EL	weißer Balsamico-Essig
2	Stangen Staudensellerie
2	Frühlingszwiebeln
	Salz, Pfeffer, Curry
4 EL	Weißwein
2 EL	Zucker
	Saft einer halben Zitrone
2	reife Birnen
400 g	Schafskäse
	Olivensöl zum Bestreichen
je 2-3 Zweige	Thymian, Rosmarin, Basilikum
1 EL	geröstete Pinienkerne
	Majoran zum Dekorieren

Zubereitungszeit: 60 Min., Einweichzeit: 2 Std.

Zubereitung:

- Für den Salat braune Linsen ca. 2 Stunden in einem Topf mit kaltem Wasser einweichen, dann in Salzwasser ca. 30 Minuten bissfest garen.
- Rote Linsen in einem Sieb unter fließendem Wasser abwaschen und in kochendem Salzwasser 5 Minuten kochen, heraus nehmen und auf einem Sieb abtropfen lassen.
- Zwiebeln abziehen und fein würfeln. Rapsöl, Essig, Zwiebelwürfel und Linsen in einer Schüssel vermengen.
- Staudensellerie und Frühlingszwiebeln putzen, waschen, in feine Ringe schneiden und unter den Linsensalat mischen.
- Linsensalat mit Salz, Pfeffer und Curry abschmecken.
- Für die Birnen Weißwein und Zucker kochen bis sich der Zucker aufgelöst hat, etwas abkühlen lassen und dann den Zitronensaft hinzufügen.

- Birnen waschen, halbieren, entkernen, in schmale Spalten schneiden und im warmen Weißweinsirup ca. 5 Minuten marinieren.
- Schafskäse in eine feurefeste Form legen und mit Olivenöl bestreichen. Kräuter zupfen und darüber verteilen. Käse im vorgeheizten Backofen bei ca. 180 Grad ca. 10 Minuten goldbraun backen.
- Linsensalat mit den Birnenspalten und dem gebackenem Schafskäse anrichten. Alles mit gerösteten Pinienkernen bestreuen und mit Majoran dekorieren.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 348 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
704 kcal	37 g	49 g	35.3 g	400 mg