Steirischer Linsensalat

Kürbiskernöl ist das schwarze Gold der Steiermark, so wird es auch genannt, es ist aber gar nicht schwarz, je nach Herstellung schimmert das dunkle Öl von grün bis rötlich. Es schmeckt nussig und kann von Röstaromen bis zu fruchtigen Aromen begleitet sein. Zusammen mit Apfelessig, den es in der Steiermark ebenfalls in besten Qualitäten gibt, lassen sich damit ausgezeichnete Salate zubereiten. So z.B. ein Linsensalat mit Peperoni und Maiskörnern, der gut mit Pfeffer abgeschmeckt wird (Linsen lieben Pfeffer).

Zutaten (2 Portionen)

140g	braune Linsen
3El	Apfelessig
3-4El	Kürbiskernöl
80g	rote Peperoni
30g	Zwiebel
2	handvoll glatte Petersilie
100g	Maiskörner (abgetropft)
	Salz und Pfeffer
	Rucola zum Garnieren

Zubereitung

Linsen in etwa der dreifachen Menge Wasser gar kochen (ca. 20 Minuten). Sie sollten danach noch leicht knackig sein.
Die Garzeit der Linsen kann je nach Sorte recht unterschiedlich sein. Meist ist sie auf der Packung angegeben.

Linsen abgiessen, in eine Schüssel geben und noch heiss mit 1/2Tl Salz und 3 El Apfelessig vermischen. Auskühlen lassen.

Peperoni klein würfeln, Zwiebel und Petersilie nicht zu fein hacken. Zusammen mit den Maiskörnern unter den Salat mischen. Kürbiskernöl zugiessen und mit Pfeffer würzen. Salat eine halbe Stunde ziehen lassen. Anrichten und Rucola ausgarnieren.