



Linsen-Gemüse-Curry mit Austernpilzen

Linsen und Curry sind ein gutes Gespann, wärmend und wohlschmeckend. Es lässt sich auch vielseitig mit Gemüse ergänzen, z.B. mit Rüebli und grünen Bohnen. Mitgekochte Apfelstücke, am besten vom säuerlichen Boskoop, verleihen dem Eintopf einen frischen Touch. Mit ein paar Stückchen gebratenen Austernpilzen obendrauf wird daraus ein unkompliziertes Gericht, so richtig zum Liebhaben.

Zutaten (2 Portionen)

100g	braune Linsen
30g	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
1El	mildes Currypulver
1Tl	Kurkuma
80g	säuerlicher Apfel (Boskoop)
120g	Rüebli
4dl	Gemüsebouillon
100g	Bohnen TK
2El	Sauerrahm
80g	Austernseitlinge
20g	Tafelbutter
	Bratbutter

Zubereitung

Zwiebel und Knoblauch hacken. Rüebli längs vierteln und zu Scheiben schneiden. Bohnen zu 1-2cm langen Stücken schneiden. Schaftenden der Austernpilze kappen und die Hüte zu mundgerechten Stücken zerzupfen. Apfel zu Würfeln schneiden.

Tafelbutter aufschäumen lassen, Zwiebel und Knoblauch zugeben und kurz andünsten, Currypulver und Kurkuma zugeben und ca. 1 Minute mitdünsten. Rüebli, Linsen und

Apfel zugeben, ebenfalls kurz mitdünsten. Bouillon zugießen und aufkochen, 15 Minuten köcheln lassen. Bohnen zugeben und weitere ca. 20 Minuten köcheln lassen. Kurz vor dem Anrichten Sauerrahm unterrühren.

Austernpilze in Bratbutter 2-3 Minuten anbraten, dabei mit Kräutersalz und Pfeffer würzen.

Linsencurry anrichten und die Austernpilze daraufgeben. Mit etwas gehackter Petersilie garnieren.







