

# LINSENSALAT MIT AVOCADO UND ROTER BETE

Dieses Jahr ist die rote Bete im Garten mal wieder richtig gut gewachsen – Bessere Hälfte und der kleine Mann feiern das nicht gerade mit Luftsprüngen, aber ich freue mich sehr. Nachdem ich sie also diese Saison schon als Steakbeilage gebacken habe gab es diesmal einen sommerlichen Linsensalat mit Avocado und roter Bete. Auch hier habe ich die rote Bete im Ofen gebacken und dann mit salzigem Schafskäse und cremiger Avocado kombiniert. Für mich war das noch einen Tick besser als die Variante mit Ziegenkäse die schon seit einigen Jahren [hier](#) auf dem Blog zu finden ist – aber probiert es doch einfach aus und entscheidet selbst!



## ZUTATEN FÜR 2-3 PERSONEN:

120g Puy-Linsen

1 Zwiebel

1 Avocado

3 Knollen rote Bete

100g Schafskäse

Pfeffer & Salz

etwas Olivenöl

Sherryessig

ZUBEREITUNG:

Den Backofen auf 200°C Umluft vorheizen.

Die rote Bete schälen, klein würfeln und in eine kleine Auflaufform geben. Mit 1 EL Olivenöl, Pfeffer und Salz vermengen und ca. 30 Minuten backen bis die Gemüsewürfel gar sind.

In dieser Zeit einen Topf Wasser zum kochen bringen und die Linsen nach Packungsanleitung garen. Bei mir dauert das 25 Minuten. In dieser Zeit die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Zwiebelwürfel für die letzten 2-3 Minuten mit in den Topf geben. Die Linsen durch ein feines Sieb abgießen, unter fließend Wasser abspülen und zurück in den Topf geben. Mit reichlich Pfeffer, Salz, 2 EL Olivenöl und 3-4 EL Sherryessig anmachen.

Die Avocado vierteln, die Schale abziehen und die Spalten in mundgerechte Stücke schneiden.

Die Linsen auf passende Teller geben. Die Avocadowürfel gleichmäßig darauf verteilen. Den Schafskäse darüber bröseln. Die rote Bete aus dem Ofen holen und als Letztes mit anrichten.

Zum Abschluss den Linsensalat mit Avocado und roter Bete mit einer Prise Pfeffer und Salz würzen und pur oder mit etwas Brot servieren.

Lasst es euch schmecken!



© katha-kocht!