



© Céline de Cérou pour France Olive

# Linsensalat mit Feta

## und geröstetem Gemüse, huile d'olive de Nîmes g.U.

Für 4 Personen:

- 250 g grüne Puy-Linsen
- 2 Karotten
- 1 Stück Kürbis
- 1 rote Zwiebel
- 150 g Feta
- 6 EL **huile d'olive de Nîmes g.U.**
- 2 EL Balsamico-Essig
- 2 TL Honig
- 3 Nelken
- 1 Lorbeerblatt
- Salz, Pfeffer, frische Kräuter (Petersilie, Koriander)



Vorbereitung: 25 Minuten  
Kochen: 25 Minuten

Die Linsen abspülen und in kochendem Wasser mit Lorbeer und Nelken 20 bis 25 Minuten garen. Abtropfen lassen und beiseitestellen (Lorbeerblatt und Nelken entfernen).

In der Zwischenzeit das Gemüse in Stücke schneiden, mit 2 EL Olivenöl, Salz und Pfeffer vermischen (optional können Sie auch Gewürze wie Kurkuma oder Curry hinzufügen). 25 Minuten bei 200 °C im Ofen rösten.

In einer Schüssel ein Dressing aus 4 EL Olivenöl, Balsamico-Essig und Honig zubereiten.

Die Linsen, das geröstete Gemüse und den zerbröselten Feta mischen, mit Dressing übergießen und frische Kräuter darüberstreuen.

## Olivenöl

Wir empfehlen ein Olivenöl mit intensivem Geschmack aus Nîmes g.U. mit seinen Aromen voller Gras, trockenem Heu, Ananas, gelbe Pflaume und roher Artischocke.

Sie können aber auch eines der folgenden Olivenöle g.U. verwenden: Aix-en-Provence, Corse - Oliu di Corsica - récolte sur l'arbre, Haute-Provence, Provence, Vallée des Baux-de-Provence.

Von der Europäischen Union, FranceAgriMer und France Olive Production finanziertes Projekt.



REG. (UE) 2021/2115 P.O.  
OCM ÖL Jahr 2025

