Linsen mit Curry

Für 4 Personen

200 g grüne Linsen	Abspülen, in eine Pfanne geben und mit der 5-fachen Menge Wasser aufkochen. Während 20 bis 25 Minuten zugedeckt bei mittlerer Hitze kochen. Erst gegen Schluss der Kochzeit salzen.
120 g Speckwürfel *1 Zwiebel, gehackt* *1 Knoblauchzehe, gepresst* *2 – 3 Karotten, in kleine Würfel geschnitten* *2 Stück Bleichlauch, fein geschnitten*	Die Speckwürfel in einer Bratpfanne braten. Zwiebeln, Knoblauch und Karotten beigeben. Während 5 Minuten dünsten. Die gekochten Linsen in ein Sieb schütten und abtropfen lassen. Unter das Speckgemüse mischen.
1 EL Curry *2 KL grobkörniger Senf* *Salz, Pfeffer*	Die Gewürze und eventuell etwas Bouillon beigeben.
3 dl Rahm	Beifügen und während zirka 5 Minuten leicht kochen lassen. Abschmecken.
4 Eier	Das Gericht in 4 feuerfeste Formen verteilen. Mit einem Esslöffel in der Mitte eine Vertiefung eindrücken. Je ein Ei aufschlagen und darin platzieren. Im auf 200°C vorgeheizten Ofen während 8 bis 12 Minuten backen. Mit gehackter Petersilie oder Schnittlauch bestreuen. Dazu passt Körnerbrot.

Bemerkungen:

Linsen aus der Region findet man in Kallnach bei Biohof Hübeli www.huebeli-kallnach.ch und in Villarlod bei Bertrand Perritaz (026 411 14 53). Direktvermarkter und Läden mit Offenverkauf bieten oft einheimische Linsen an.

Rezept "Über den Tellerrand" – Ausgabe Nr. 49 – Februar 2019