

## Rezepte «SRF bi de Lüt – Landfrauenküche 2020»

### Linsensalat mit Traubenbeeren und gebackenem Ricotta

Rezept von Maya Baer  
für 4 Personen

#### **Ricotta (selber hergestellt)**

- 1l Vollmilch
- 2dl Vollrahm
- ¼ TL Salz
- 1 EL Zitronensaft oder Weissweinessig
- 1 EL Sonnenblumenöl

Vollmilch, Rahm und Salz in eine Pfanne geben und unter ständigem Rühren auf 93° Grad erhitzen. Die Pfanne von der Herdplatte nehmen und Zitronensaft oder Weissweinessig zugeben, nur noch wenig rühren. Sobald die Milch zu gerinnen beginnt, ca. 2 Min. stehen lassen.

Ein grosses Sieb mit einem Mulltuch belegen und auf eine grosse Schüssel legen. Den Milchbruch ins Sieb legen. Evt. den Vorgang noch einmal wiederholen – Milch auf 93° Grad erhitzen, Zitronensaft oder Essig zugeben, Milchbruch in Sieb geben. die Schotte auf die Seite stellen. Den Milchbruch ca. 2 Stunden abtropfen lassen. Danach den Ricotta in ein Gefäss geben und bis zur Verwendung im Kühlschrank aufbewahren.

#### **Gebackener Ricotta**

- 200g Ricotta
- 1 EL kaltgepresstes Sonnenblumenöl
- 15g Greyerzer, gerieben
- 1 Zweig Thymian, abgezupfte Blättchen
- ½ TL Salz
- Pfeffer aus der Mühle

Ein kleines Backblech mit Backreinpapier belegen. Den Backofen auf 200° Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Ricotta in eine Schüssel geben. Sonnenblumenöl, Greyerzer, Thymianblättchen, Salz und Pfeffer zugeben. Mischen und bei Bedarf abschmecken. Die Ricotta-Masse aufs Blech geben und gleichmässig ausstreichen.

Backen: das Blech in den Backofen schieben und den Ricotta bei 200° Grad ca. 25 Min. backen. Das Blech aus dem Backofen nehmen und Ricotta mit einem scharfen Messer in Rauten schneiden

**Linsensalat**

- 100g Belugalinsen
- 7,5dl Wasser
- ¼ TL Salz
- 1dl Obstessig
- 1 TL Honig
- 1 Knoblauchzehe, fein geschnitten
- 1 TL Senf
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 1,75dl Rapsöl
- 2-3 Zweige Schnittknoblauch oder Schnittlauch
- 1-2 Zweig Petersilien
- Ca. 12 Traubenbeeren, halbiert
- Garnitur: Salatblätter und Kapuzinerkresseblüten

Wasser in einer Pfanne aufkochen. Belugalinsen zugeben und bei mittlerer Hitze ca. 20 Min. köcheln lassen. Die Linsen sollten noch etwas Biss haben. Salz zugeben. Belugalinsen in eine Schüssel geben.

Essig in eine Pfanne geben und leicht wärmen. Honig zugeben und unter rühren auflösen lassen. Pfanne von der Herdplatte nehmen und Knoblauch, Senf, Salz und Pfeffer zugeben. Unter ständigem, kräftigem Rühren das Rapsöl zugeben. Allenfalls wenig heisses Wasser zugeben, damit die Sauce schön emulgiert.

1dl Salatsauce zu den noch warmen Belugalinsen geben und mischen. Schnittknoblauch und Petersilie zugeben und mischen. Kurz vor dem Servieren die Hälfte der Traubenbeeren zugeben und mischen.

**Servieren**

Salatblätter auf Vorspeisetellern auslegen. Den Linsensalat darauf anrichten. Ricotta-Rauten dazu anrichten und mit Trauben und Kapuzinerkresse-Blüten ausgarnieren.