Süsssaures Gemüse mit Linsen

Rezept von V-ZUG AG



Zubereitung	25 Min.
Garzeit	45 Min.
Portionen	4
Gerät	Combair-Steam SL ab 2015

Zubereitung

200 g Puy-Linsen

200 ml Wasser

Linsen zusammen mit dem Wasser in die Porzellanform geben. Form auf den Gitterrost in den kalten Garraum stellen. Dämpfen.

Dämpfen 100 °C während 30 Min.

200 g Karotten

1 Peperoni, rot, geschält

1 Peperoni, gelb, geschält

200 g Lauch

Gemüse waschen, schälen und in feine, 2 cm lange Streifen schneiden. Zu den gedämpften Linsen geben und weiterdämpfen.

Zutaten beigeben

Dämpfen 100 °C während 15 Min.

1 Limette

2 TL Ingwer

4 EL Essig

6 EL Honig

2 EL Sojasauce

2 EL Sambal Oelek

25 g Rosinen

1½ TL Salz

Saft der Limette auspressen, Ingwer schälen und raffeln. Alle Zutaten vermischen, leicht erwärmen, zum Linsengemüse dazugeben und alles erneut gut mischen.

Zubehör

Porzellanform ½ GN, Höhe 65 mm

Gitterrost

Zusätzliche Informationen

Erstellt am	11.12.2019