

**Kochen**

**Rainer Klutsch**

**Montag, 16.10.2023**

**Linsen-Bratlinge mit Senf-Dip und Krautsalat**

**Für 4 Personen**

**Zutaten**

**Für den Krautsalat**

0,5 Kopf Weißkohl (ca. 700 g)  
1 Zwiebel, rot  
1 Karotte  
100 ml Apfelessig  
50 ml Sonnenblumenöl  
etwas Salz  
etwas Pfeffer  
etwas Zucker  
1 Bund Dill

**Für die Linsen-Bratlinge**

250 g Linsen, rot  
500 ml Gemüsebrühe, ca.  
1 Zwiebel, rot  
1 Knoblauchzehe  
0,5 Bund Petersilie  
2 Eier (Größe M)  
4 EL Semmelbrösel, ca.  
etwas Salz  
etwas Piment oder Pfeffer  
1 TL Paprikapulver, edelsüß  
1 TL Koriander, gemahlen  
6 EL Rapsöl

**Für den Senf-Dip**

1 Gewürzgurke  
200 g Saure Sahne oder Schmand  
2 TL Senf, mittelscharf  
2 TL körniger Senf, nach Belieben  
1 TL Balsamessig, hell  
etwas Salz  
etwas Pfeffer  
etwas Honig  
1 Beet Kresse



**Zubereitung**

1. **Für den Krautsalat** Kohl putzen, abbrausen, abtropfen lassen und auf einem Küchenhobel fein schneiden. Zwiebel abziehen schälen und fein reiben. Karotte schälen, abbrausen und ebenfalls fein hobeln.
2. Kohl, Möhrenwürfel und Zwiebel in eine Schüssel geben. Essig dazugeben und alles gründlich durchkneten. Öl untermischen. Salat mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker verfeinern und bis zum Servieren ziehen lassen.
3. **Für die Bratlinge** Linsen abbrausen und in der Gemüsebrühe ca. 10 Minuten nach Packungsanleitung garen und abkühlen lassen.
4. Inzwischen Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Petersilie abbrausen, trockenschütteln und fein schneiden.
5. Butter erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin glasig andünsten und etwas abkühlen lassen.

6. Linsen, (evtl. Flüssigkeit abgießen), Zwiebel-Knoblauch-Mix, Petersilie, Eier, Semmelbrösel, Salz, Pfeffer oder Piment, Paprikapulver und Koriander in einer Schüssel mischen, gut verkneten und einige Minuten ruhen lassen.
7. **Inzwischen für den Senf-Dip** die Gurke sehr fein würfeln. Mit saurer Sahne, den beiden Senfsorten, Essig, Salz, Pfeffer und Honig verrühren.
8. Aus der Linsenmasse etwa 8-12 Bratlinge formen, falls diese zu bröselig sind, evtl. noch etwas von der Gemüsebrühe zugeben. Falls die Masse nicht formbar ist, noch Semmelbrösel untermischen.
9. Rapsöl portionsweise erhitzen. Die Bratlinge auf mittlerer Hitze von beiden Seiten etwa 3-4 Minuten goldgelb braten (am besten vorab einen kleinen Probebratling braten).
10. Die Kresse vom Beet schneiden und über den Senf-Dip streuen. Krautsalat erneut abschmecken.
11. Bratlinge, Salat und Dip anrichten und servieren.

**TIPP:** Wer mag, kann für die Linsen auch eine Mischung wählen: Dann die Hälfte der roten Linsen durch Beluga- oder Alblinsen ersetzen. Die Kochzeit der Beluga bzw. Alblinsen dauert etwa 5-10 Minuten länger