



Sandwich Vadouvan Linsen-Mus | Miso- Zitronen-Mayo | Huhn

Vadouvan-Linsen-Mus

250 g Beluga-Linsen

3 Esslöffel Vadouvan

125 g Butter

25 ml Apfelessig

0.5 Teelöffel Salz

Miso-Zitronen-Mayo

150 ml Sonnenblumenöl

1 Stück(e) Eigelb

1 Teelöffel Senf

1 Teelöffel Helle Misopaste

1 Stück(e) Zitrone, Abrieb

0.5 Stück(e) Zitrone, Saft

Zubereitungszeit: 20 min

Kochzeit: 25 min

Gesamtzeit: 45 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 2 Portionen

Weitere Zutaten

2 Handvoll Gemischte Kräuter, z. B. Koriander, Minze & Dill

2 Stück(e) Hühnerbrüste oder ausgelöstes Fleisch

Etwas Vadouvan

Etwas Olivenöl

2 Stück(e) Kleine Brote nach Wahl

Vadouvan-Linsen-Mus

1. Die Beluga-Linsen nach Packungsanweisung in heißem Wasser weich kochen.
2. Währenddessen die Butter in einer Pfanne schmelzen lassen, die Pfanne vom Herd nehmen und 3 EL Vadouvan einrühren.
3. Die weichgekochten Linsen abgießen und zusammen mit der Vadouvan-Butter, Apfelessig und zwei Prisen Salz grob mixen. Wir mögen das Linsen-Mus am liebsten leicht strukturiert und nicht komplett fein püriert. Anschließend beiseitestellen und abdecken.

Miso-Zitronen-Mayo

1. Eigelb und Senf verrühren. Das Sonnenblumenöl anschließend langsam unter ständigem Rühren einlaufen

lassen, bis eine cremige Mayonnaise entsteht.

2. Die Misopaste unterrühren und zum Schluss Zitronenabrieb und Zitronensaft dazugeben und verrühren.

Sandwich Zubereitung

1. Die Hühnerbrust klein schneiden, leicht salzen und in einer Pfanne mit etwas Olivenöl anbraten. Kurz vor Ende der Garzeit etwas Vadouvan dazugeben.

2. Das Brot auf dem Grill oder in einer Grillpfanne von beiden Seiten kross anrösten.

3. Die Kräuter waschen und grob schneiden.

4. Das gegrillte Brot aufschneiden und großzügig mit dem Vadouvan-Linsen-Mus bestreichen. Kräutersalat darauf verteilen, das Hühnchen daraufgeben und mit der Miso-Zitronen-Mayo garnieren.