



Gesamtzeit: 3 h 30 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 4 Personen

Rote Linsen Pfannkuchen

Rote Linsen Pfannkuchen

150 g Al Amier Rote Linsen

300 ml Wasser

0.5 Teelöffel Salz

1 Kürbis, klein

100 g Feta

1 Handvoll Rucola

2 Esslöffel Liakada Natives Olivenöl extra 0,5 L

1 Avocado

1 Esslöffel Lien Ying Sriracha Sauce

Rote Linsen Pfannkuchen

1. Rote Linsen mit Wasser bedecken und für ca. 3 Stunden einweichen.

Danach die Linsen abgießen und mit 300 ml frischem Wasser und Salz pürieren.

Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und den Teig portionsweise in die Pfanne geben. Pfannkuchen von

beiden Seiten für ca. 4 min. gut durchbacken.

Kürbis mit Olivenöl in einer Pfanne anbraten.

Linsen Pfannkuchen mit Rucola, Kürbis, Feta, Avocado-Scheiben und nach Belieben etwas Sriracha-Sauce garnieren.