

Tessiner Linsentopf mit Luganighe

Schweiz (für 4 Personen)

Zutaten:

- 4 Tessiner Luganighe Würste (je ca. 150g)
- 300g grüne Linsen (zum Kochen in ca. 30 Minuten, ohne Einweichen)
- 2...4 Stengel Stangensellerie (ca. 200g)
- 2 grosse Karotten
- 2 Tomaten
- Wenig frischen Ingwer
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 dl Rotwein
- 4dl Wasser
- 1 Bouillon-Würfel
- Olivenöl
- Paprika-Pulver
- Frische Petersilie
- Salz
- Pfeffer

Vorbereitung:

- Stangensellerie, Karotten, Tomaten, Zwiebel, Knoblauch, Ingwer klein schneiden
- Petersilie klein schneiden
- Tomaten rüsten und klein schneiden

Zubereitung:

- Luganighe in der Bratpfanne im heissen Öl knapp 10 Minuten auf allen Seiten anbraten (Achtung: Deckel drauf, es spritzt!). Würste beiseite stellen.
- Zwiebeln mit Paprika in mittelgrossem Topf im Olivenöl andünsten
- Dann Knoblauch, Sellerie, Karotten und Ingwer begeben und ca. 5 Minuten dünsten.
- Linsen begeben, kurz mitdünsten
- Ablöschen mit Rotwein
- Heisses Wasser und Bouillon-Würfel begeben
- Tomaten begeben und alles ca. 20 Minuten leicht kochen lassen
- Ggf. Wasser begeben, wenn es zu trocken wird
- Mit Pfeffer und Salz würzen
- Die Luganighe begeben und weitere 10 Minuten mitkochen, bis die Linsen und das Gemüse weich sind.
- Frische gehackte Petersilie darüber verteilen und servieren.

Tipp:

- Linsen haben z.T. sehr unterschiedliche Kochzeiten, bis sie weich sind. Auf jeden Fall schnellkochende kleine Linsen nehmen mit angegebener Kochzeit von ca. 30 Minuten. Die gesamte Kochzeit des Eintopfs richtet sich nach dem gar werden der Linsen.

