

Linsensalat mit Thunfisch



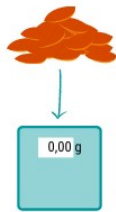
Zutaten

200 g rote Linsen
1 Zwiebel
1 Karotte
2 Dosen Thunfisch im eigenen Saft
2 EL Essig, 3 EL Öl
1 TL Meerrettich aus dem Glas
Salz und Pfeffer
ggf. Brot dazu



Start

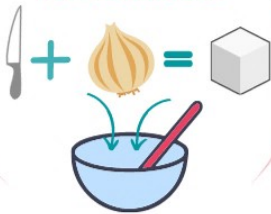
abwiegen



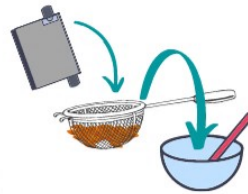
waschen



schälen und in
Würfel schneiden



abgießen



ca.
5 Min.

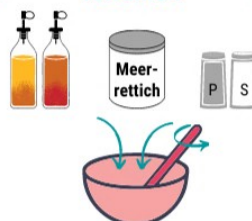
kochen



schälen, raspeln
und dazugeben



verrühren



unterrühren



Ziel