



Abblinsen in Kräuter-Sahnesoße mit Vollkornspätzle

10 Portionen

670g	Abblinsen
850g	Vollkornspätzle (ungekocht)
100g	Zwiebel
20ml	Rapsöl
100ml	Schlagsahne
70ml	Saure Sahne
55ml	Fettarme Milch
½ Bund	Glatte Petersilie
	Salz
	Pfeffer



- 🕒 Linsen 2 Std. in ca. 1200ml Wasser einweichen.
- 🕒 Zwiebel fein hacken.
- 🕒 Linsen, Sahne, Milch und Saure Sahne hinzufügen und verrühren.
- 🕒 Garen, bis die Linsen weich sind.
- 🕒 Die Spätzle in kochendem Salzwasser garen.
- 🕒 Wenn die Linsen gar sind fein gehackte Petersilie beifügen.
- 🕒 Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 🕒 Spätzle und Linsen nebeneinander oder Spätzle im Kreis und Linsen in der Mitte anrichten.
- 🕒 Mit gehackter Petersilie bestreuen.