

# Linsen-Schafkäse-Pfanne

## Zutaten:

- 130 g rote Linsen
- 300 ml Brühe
- 2 kleine Spitzpaprika
- 1 kleine Zwiebel
- gem. Kümmel und Pfeffer
- 1 kleiner Räuchertofu
- ½ Schafskäse
- Kräuter z.B. Basilikum oder Petersilie
- Öl zum Anbraten

Zubereitungszeit: 15 Min.

Back- / Kochzeit: 10 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Anzahl : 2 Per.



## Zubereitung:

Linsen in Brühe ca. 10 Min. bissfest garen, Paprika waschen und in Streifen schneiden, Zwiebel würfeln. In einer heißen Pfanne mit Öl, die Zwiebel andünsten, den Tofu zugeben etwas anbraten, danach die Paprika kurz mitdünsten, zu guter letzt die roten Linsen zugeben und mit Pfeffer und gemahlenem Kümmel abschmecken. Den Schafskäse darüber streuen und mit frischen Kräutern garnieren.

Als Dip passt ein Joghurt mit Petersilie und Salz und Pfeffer gewürzt dazu. Da gehen wunderbar Tiefkühlkräuter.