



Stufato di lenticchie – Italienischer Linseneintopf

Linseneintopf mit Pancetta und Parmesan



Leicht



2 Portionen



45 min.



Dieser beliebte italienische Linseneintopf wärmt von innen – und überzeugt mit dem rauchigen Geschmack des Pancetta, einem italienischen Bauchspeck. Condimento Bianco bringt eine raffinierte Frische in dieses original italienische Gericht und rundet den Geschmack ab. Seinen Ursprung hat dieses Rezept in der Region Umbrien. Dort ist es unter anderem ein traditionelles Silvestergericht.

Wir haben für unser Rezept umbrische Berglinsen (Castelluccio di Norcia) verwendet.

Der Vorteil: Sie haben eine dünne Schale und müssen nicht eingeweicht werden.

Bezeichnend ist auch der intensive Geschmack. Da wundert es nicht, dass die Linsen bei Feinschmeckern begehrt sind und oft nur mit wenigen Zutaten zubereitet werden. So kommt ihr typischer Geschmack voll zur Geltung und die Linsen können ihr ganzes Aroma entfalten.

Zutaten

150 g Linsen (Berglinsen aus Umbrien, Castelluccio di Norcia)
600 ml Rinderbrühe (alternativ kannst du Gemüse- oder auch Kalbsfond benutzen)
50 ml Condimento Bianco
1 Zwiebel
100 g Pancetta (italienischer Bauchspeck)
2 Karotten
100 g Staudensellerie
2 EL Olivenöl
150 g ORO di Parma BIO Tomaten, stückig
60 g Parmesan
Salz
schwarzer Pfeffer

Schritt 1: Die Vorbereitung

Zur Vorbereitung des Eintopfs musst du zunächst die Zwiebeln grob würfeln und sowohl den Staudensellerie als auch die Möhren in feine Stücke schneiden. Anschließend kannst du bereits die Linsen waschen.

Schritt 2: Der Eintopf

Erhitze einen guten Schuss Olivenöl in einem Topf und brate darin die Pancetta-Stücke an. Nach kurzer Zeit kannst du die Karotten und den Staudensellerie dazugeben. Die Zwiebeln ebenfalls hinzufügen und alles unter gelegentlichem Rühren für etwa eine Minute dünsten. Anschließend kommen nur noch die Linsen und ORO di Parma stückige Tomaten dazu. Verrühre alles nochmal gut miteinander, fülle mit der Rinderbrühe auf und lass den Eintopf für 30 Minuten köcheln – die Zutaten entfalten so perfekt ihre Aromen. Zuletzt rührst du den Condimento Bianco Essig unter und nimmst den Eintopf von der Kochplatte, bevor du mit Salz und Pfeffer würzt. Reibe noch Parmesan darüber, um dem Eintopf das gewisse Etwas zu geben. Buon appetito!

Verwendete Produkte:

