

Mediterraner Linsensalat – lecker & herzgesund



Zutaten (für 2 Personen):

- 150 g gekochte Linsen
- 10 Cherrytomaten, halbiert
- 1/2 Gurke, gewürfelt
- 1 kleine rote Zwiebel, fein gehackt
- 2 EL Olivenöl extra vergine
- Saft einer halben Zitrone
- frische Petersilie oder Basilikum
- Salz, Pfeffer, optional etwas Feta (fettarm)

Zubereitung

Alle Zutaten in einer großen Schüssel vermengen, mit Öl und Zitronensaft marinieren, mit frischen Kräutern und Gewürzen abschmecken – fertig ist ein sommerlicher, sättigender und herzfreundlicher Salat!

Guten Appetit!