Zampone e lenticchie - Schweinsfuss mit Linsen
Schwierigkeitsstufe: 2 (5 ist am schwersten)



Copyright: Life-style.at

VORBEREITUNG:
Den vorgekochten Schweinsfuss kann man auch durch einen schweren, gefüllten, frischen Schweinsfuss ersetzen. Einen frischen Schweinsfuss muss man 3 - 4 Stunden köcheln lassen.
Knoblauchzehen schälen, getrocknete Tomaten halbieren

Dauer in Minuten
Vorbereitung: ca.
Zubereitung: ca.30
Zutaten: 1 Zampone (vorgekochter Schweinsfuss) ca. 1 kg schwer, oder 2 kleine Schweinsfüsse a 500 gr,
300 gr Linsen, möglichst aus Castelluccio
4 - 5 Salbeiblätter
1 kleiner Rosmarinzweig
1 Lorbeerblatt
einige Sellerieblätter,
7 Knoblauchzehen
7 getrocknete Tomaten
1 kleiner Chilli oder Peperoncino
3 EL Olivenöl, extra vergine
Petersil
Salz
Pfeffer aus der Mühle

ZUBEREITUNG:

Den vorgekochten Zampone wie auf der Packung beschrieben in der Flie in einen Topf mit kaltem Wasser geben und zum Kochen bringen. Dann die Hitze reduzieren und 20 Min. köcheln lassen. (Es sei denn, die Angaben auf der Packung schreiben etwas anderes vor.)

In der Zwischenzeit die Linsen zusammen mit den Kräutern, Sellerieblättern, Knoblauch, Tomaten und Peperoncino in kaltem Wasser aufsetzen, zum Kochen bringen und 20 Min. köcheln lassen, bis sie gar sind.

Kräuter und Knoblauchzehen entfernen. Olivenöl zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Den fertiggegarten Schweinsfuss in Scheiben schneiden und mit den Linsen anrichten. Petersil zupfen und damit bestreuen

TIPPS:

Noch besser schmecken die Linsen, wenn man statt Wasser Fond, Suppe oder Brühe verwendet.

Zampone bekommt man im gutsortierten italienischen Lebensmittelhandel oder in Spezialitätengeschuaften wie KDW (Berlin), Dallmayer (München) oder Meinl am Graben (Wien)

GETRAENKEEMPFEHLUNG:

Wir trinken dazu gerne einen trockenen, kräftigen Weissen, etwa eine Vernaccia di San Gimiano oder - eben weil es Neujahr ist, Champagner.

(kjz)