



Gebratene Blutwurst mit Linsen

Die hiesige Blutwurst wird in der Regel aus Blut, Milch, Rahm, ausgelassenem Rückenspeck und Gewürzen hergestellt. Blutwurst ist aber in der ganzen Welt bekannt und wird nach verschiedensten Rezepten hergestellt. Oft mit Zugabe von weiteren, fein gehackten Innereien oder auch Brotbröseln, was die Blutwurst fester macht. Diese sind auch in Scheiben geschnitten zum Braten geeignet. Das geht auch mit der hiesigen, weicheren Blutwurst, damit sie beim Braten nicht auseinanderfällt, sollte sie mit dem Darm und an den Schnittflächen leicht bemehlt gebraten werden. Dabei entstehen ganz feine Krüstchen und Röstaromen, Grund genug, die Blutwurst auch mal in der Bratpfanne zuzubereiten.

Die Linsen werden zuerst in Wasser ohne Salz, aber zusammen mit Lorbeerblättern knapp weichgekocht. Danach werden sie, ein wenig nach italienischer Art, mit leicht angerösteter Zwiebel, Rotwein, Salz und Oregano gewürzt und fertig gegart. Je nach Sorte ist die Garzeit von Linsen recht unterschiedlich, meist ist diese auf der Packung angegeben. Einige Sorten müssen vorab eingeweicht werden. Auch wenn dies nicht vorgeschrieben ist, 1 Stunde Einweichzeit verkürzt die Garzeit erheblich.

Zutaten (1 1/2 Portionen)

- 80g braune Berglinsen
- 2 Lorbeerblätter
- 1 Zwiebel, ca. 50g
- 5cl Rotwein
- 2Tl Oregano getrocknet
- Olivenöl
- Salz und Pfeffer

- 1 Blutwurst (im Schweinsdarm), ca. 300g
- Mehl
- Bratbutter

frischer Salbei

Zubereitung

Linsen 1 Stunde in der dreifachen Menge kaltem Wasser einweichen. Mitsamt des Wassers in eine Pfanne geben, Lorbeerblätter zugeben und köcheln lassen bis die Linsen knapp weich sind (ca. 20-25 Minuten). Linsen von der Kochplatte ziehen und ausdampfen lassen.

Zwiebel hacken und in Olivenöl leicht anrösten. Linsen zugeben und mit Rotwein ablöschen. Mit Oregano, Salz und Pfeffer würzen. Rotwein fast ganz einkochen lassen. Ev. nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Blutwurst mit einem scharfen Fleischmesser zu ca. 2cm dicken Scheiben schneiden. Beidseitig mit Mehl bestäuben und etwas ziehen lassen.

Bratbutter mässig erhitzen, Blutwurstscheiben auf jeder Seite ca. 3-4 Minuten braten.

Blutwürste, wie sie von Metzgereien angeboten werden sind bereits vorgegart, das Blut, resp. die Blutmischung ist gestockt. Aber in Scheiben geschnitten sind sie sehr fragil und fallen leicht auseinander, sie müssen sorgfältig behandelt werden. Am Besten mit einer flachen Bratschaufel aus Blech.







