

# Tomatenauflstrich



## Zutaten:

- 150 g getrocknete Tomaten
- 150 g rote Linsen
- 1 EL Olivenöl
- 1 TL Zitronensaft



10 Portionen



30 Minuten

## **Zubereitung:**

1. Rote Linsen waschen und kochen.
2. Tomaten abtropfen lassen.
3. Tomaten und Linsen mit Zitronensaft und Öl pürieren.

## **Rezeptvariation:**

Zum Kalorien sparen getrocknete Tomaten in Lake statt in Öl nehmen.

Für einen intensiven Geschmack das Einlage Öl der Tomaten verwenden.

## **Tipps:**

Ist im Kühlschrank mehrere Tage haltbar.



Dieses Rezept und weitere Informationen findet ihr hier!