



## Linzen met bieten en wortel

### **Ingrediënten:**

#### **Voor 2 personen**

- 200 gr rode linzen
- 1 rode biet, geschild en in stukken van 1 cm
- 2 wortelen, in stukken van 1 cm
- ½ tl ghee of kokosolie
- ½ tl zout
- ¼ tl peper
- 2 gesnipperde lente-uitjes
- 1 geperste knoflookteen
- Handvol platte peterselie  
(paar blaadjes ter garnering)
- Sap van ½ citroen

### **Bereiding:**

Oven voorverwarmen op 190 graden.

Breng in een pan de linzen aan de kook, zie aanwijzingen op verpakking. Na ongeveer 15-20 minuten zijn ze gaar en is al het water opgenomen. Pas op dat je het niet tot pap kookt. Laat t afkoelen.

Als de linzen klaar zijn, leg je de wortel en bietstukjes op een met bakpapier bekleede bakplaat. Zorg ervoor dat de groente niet bovenop elkaar ligt.

Bestrooi met peper en zout en wat ghee of kokosolie. Rooster het ongeveer 15 minuten in de oven. Laat even afkoelen.

Doe in een kom: lente-ui, knoflook, peterselie en citroensap. Roer de biet, wortel en linzen erdoorheen. Garneer met blaadjes peterselie.

