

# Möhren - Linsen - Rösti (laktosefrei)

## Zutaten:

1 Tasse rote Linsen  
2 Lorbeerblätter  
500 ml Hühnerbrühe  
6 mittelgroße Möhren  
1 EL Schnittlauch  
2 EL Mandeln  
1 Ei  
2 Scheiben Vollkornbrot  
Salz, Pfeffer

## Zubereitung:

- Linsen und Lorbeerblätter in die Hühnerbrühe geben.
- Zum Kochen bringen und zugedeckt 20 Minuten bei geringer Hitze kochen lassen.
- Lorbeerblätter entfernen.
- Die Möhren reiben.
- Schnittlauch und Mandeln klein hacken.
- Das Vollkornbrot zerkrümeln.
- Möhren, Schnittlauch, Mandeln, Ei, und Brot vermischen.
- Die Linsen zur Möhrenmischung geben,
- Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Aus der Masse Röstischeiben formen.
- Die Rösti von jeder Seite 3 - 4 Minuten braten.
- Mit Tomatensauce servieren.