

LINSENSORTEN

AUSWAHLHILFE

Wenn Sie Linsen erstmals in Ihren Speiseplan integrieren oder neue Einsatzmöglichkeiten entdecken möchten, stellt sich oft die Frage, welche Linsensorte sich für welche Anwendung am besten eignet.

Entscheidend ist dabei weniger die Farbe oder Sorte der Linse als vielmehr ihre Form – ganz oder geteilt.

Nutzen Sie diese Übersicht, um die passende Linsenart für unterschiedliche Gerichte und Anwendungen auszuwählen.

FÜR NOCH MEHR ABWECHSLUNG:



PÜRIERT

- Hummus, Dips und Aufstriche
- Zum Backen
- Fleischfarcen und -emulsionen



KNUSPRIG

- Toppings
- Granola, Studentenfutter
- Proteinreiche Krusten, Panaden



EINGELEGT

- Salate und Bowls
- Sandwiches und Wraps
- Als frischer, säuerlicher Akzent für verschiedenste Gerichte

Lentils.™

GETEILT

Rot & Gelb

Suppen,
Eintöpfe,
Currys

Fleisch-
mischungen

Hummus, Dips,
Aufstriche

GANZ

Rot, Braun &
Grün

Vorspeisen

Pflanzlich
inspirierte
Hauptgerichte

Bowls und
Salate

Fleisch-
mischungen

Pflanzliche
Crumbles

Beilagen

Suppen &
Eintöpfe

MEHL

Teige, Panaden,
Coatings

Backwaren

Knusprige
Snacks