

# Lebensmittel- Trend Spotlight: Crumbles, Füllungen und Toppings sowie Linsen in Pflanzen-Fleisch-Mischungen



Wenn Sie eine Zutat suchen, die den Nährstoffgehalt von Menüs in allen Tageszeiten erhöht und gleichzeitig die Kosten Ihres Betriebs senkt, sind Sie bei Linsen genau richtig. Als pflanzlicher, proteinreicher Ersatz für Hackfleisch eignen sich Linsen ideal für Mischungen wie Burger oder Tacos, als Ersatz, der Fleisch in denselben Anwendungen vollständig ersetzen kann, oder als Crumble, Füllung oder Topping.

Linsen nehmen die sie umgebenden Aromen auf und tragen mit ihrem hohen Eiweiß- und Ballaststoffgehalt dazu bei, dass Ihre Kunden länger satt bleiben. Das macht sie zu einer attraktiven Zutat für vertraute, aber pflanzlich orientierte Gerichte, die auch dazu beitragen können, Ihren Gewinn zu steigern.

## **Verwenden Sie Linsen, um den Anteil an pflanzlichem Eiweiß zu erhöhen und den Geschmack zu verstärken**

„Denken Sie an Pulled Pork, zerkleinertes Hühnerfleisch, zerbröseltes Taco-Fleisch, Ragout und Bolognese-Saucen. Überall dort, wo tierische Proteine für die Textur, das Protein und den Geschmack verwendet werden, können Sie leicht gemischte oder pflanzliche Optionen mit Linsen verwenden“, sagt James Bickmore-Hutt, Corporate Chef von Lentils.org.

Die Verwendung von Linsen in Mischungen mit tierischem Eiweiß macht sich einen beliebten Trend zunutze, der Kunden zufriedenstellt, die sich pflanzliche Optionen wünschen, die sättigen und schmecken. Dieser Ansatz verbessert auch die Nachhaltigkeit der Lebensmittel und kann eine gute Möglichkeit sein, die Produktionskosten zu senken. Erwägen Sie die Verwendung von Linsen in herzhaften Proteinkomponenten - die Möglichkeiten sind endlos.

Küchenchef James empfiehlt die Verwendung von Linsen in den folgenden Formen, entweder gemischt mit Fleisch oder als Ersatz:

- Crumbles - Ideal für herzhaftes Vorspeisen und Hauptgerichte wie Nachos, Wraps und Chili. Pizza, Piadini und Fladenbrotbeläge sind eine weitere großartige Anwendung.
- Füllungen - Linsen sind seit langem ein Grundnahrungsmittel in der globalen Küche und es ist keine Überraschung, dass sie sich hervorragend für tragbare, handgehaltene Menüpunkte wie Knödel, Pierogi, Samosas, Dolmades und Handpasteten eignen.
- Toppings - Linsen verleihen einem Gericht Textur und Geschmack und können sowohl knusprig (gebraten) als auch knackig (im Ofen geröstet) verwendet werden, z. B. in Gewürzmischungen, Salatbeilagen und Bar-Snacks.
- Mischungen - Die Verbraucher verlangen nach einer pflanzlicheren Küche, und Linsen lassen sich hervorragend mit Hackfleisch kombinieren, um beliebte Kundengerichte wie Burger, Fleischbällchen und Tacos zu kreieren.

Die Verwendung dieser Misch- und Ersatzstrategien vereinfacht auch Ihre Küchenvorbereitung. Sie brauchen nur eine Linsen-SKU, die für alle Menüs verwendet werden kann. Vollständig gekochte Linsen können für Crumbles, Füllungen und Mischungen zubereitet und dann für einen knusprigen Belag weiter gekocht werden.

Aufgrund ihrer Vielseitigkeit können Linsen ein Segen für Ihr Geschäft sein, sagt Küchenchef James: „Mit ihrer unglaublichen Fähigkeit, den Geschmack zu transportieren, die Textur zu erhalten und Nährstoffe zu liefern, sind Linsen ein großartiger Fleischersatz oder eine gute Mischungsoption. Ihr pflanzlicher Nährwert und die niedrigeren Kosten für die Zutaten machen Ihr Geschäft auch in schwierigen Zeiten erträglicher.“

## **Ein besseres Menü mit Mischprodukten**

Wenn Ihr Betrieb zum ersten Mal pflanzliche Proteine anbietet, können maßgeschneiderte Mischungen mit Linsen ein guter Einstieg sein.

Eine von Pulse Canada und Lentils.org finanzierte Studie aus dem Jahr 2020 ergab, dass die Substitution eines Drittels eines mageren Patties aus 100 % US-Rindfleisch durch gekochte Linsen zu einem gemischten Burger führt, der den Nährwert (mit einer moderaten Verringerung von Kalorien, Fett und Cholesterin und mehr Ballaststoffen) und die Umweltbelastung (Verringerung des Kohlenstoff-, Wasser- und Landnutzungs-Fußabdrucks um 33 %) verbessert und gleichzeitig eine kostengünstigere Alternative darstellt.

Die gemischten Produkte entsprechen dem Wunsch der Verbraucher nach gesünderen und nachhaltigeren Menüs, bei denen keine Abstriche beim Geschmack gemacht werden. Chefkoch James sagt: „Durch das Mischen mit Linsen entsteht ein Burger, der nicht nur weniger kostet, sondern auch eine sättigendere Mahlzeit für den Endverbraucher darstellt. Und in einigen Fällen kann die Mischung von Linsen mit magerem Eiweiß wie Putenfleisch sogar zu einem Endergebnis führen, bei dem die Feuchtigkeit besser erhalten bleibt.“

# Lebensmittel- Trend Spotlight: Crumbles, Füllungen und Toppings sowie Linsen in Pflanzen-Fleisch-Mischungen

Lentils.™

Möchten Sie mehr über innovative Ersatzprodukte und Mischungen mit Linsen erfahren? Wenden Sie sich an unseren Küchenchef und kontaktieren Sie uns unter [info@lentils.org](mailto:info@lentils.org).



**Vegetarische  
Linsen-Bolognese**



**Linsen-Bitterballen (holländische  
Fleischbällchen auf pflanzlicher Basis)**



**Rockin Marokkanische  
Burger**



**Linsen-Tostada**



**Linsen-Moussaka**



**Türkische Linsen-Köfte-Salatwraps**



**Linsen-Taco-Salat**