

Feldsalat mit Nussdressing und Speck

Salat:

300 g Feldsalat
80 g gehackte Haselnüsse
2 rote Äpfel
Ca. 1 EL Zitronensaft
175 g fein gewürfelter
Schinkenspeck
etwas Öl zum Braten

Für den Salat die Nüsse in einer Pfanne ohne Fett leicht rösten, auskühlen lassen. Die Äpfel waschen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. In feine Spalten schneiden und sofort mit Zitronensaft beträufeln. Den Feldsalat putzen, waschen und trockenschleudern.

Dressing:

3 EL Apfelessig
50 ml Gemüsebrühe
Salz
Pfeffer
1 Prise Zucker
3 EL Rapsöl
3 EL Nussöl
2 milde Zwiebeln

Für das Dressing den Essig mit der Brühe, etwas Salz, Pfeffer und Zucker verrühren. Das Öl kräftig unterschlagen, Zwiebeln abziehen, fein würfeln und unterheben. In einer Pfanne die Schinkenspeckwürfel mit etwas Öl krossbraten, abtropfen lassen.

Kurz vor dem Servieren den Salat mit dem Dressing mischen. Mit Haselnüssen, Apfelspalten und Speckwürfeln bestreut anrichten.

Feldsalat mit Honigsauce und Schafskäse

Zutaten:

150 g Feldsalat
200 g Römischer Salat
50 g Pinienkerne
1 Granatapfel
150 g Schafskäse

50 g Honig
4 Essl. Zitronensaft
4 Essl. Olivenöl
Salz, Pfeffer
1 Msp. Cayennepfeffer

300 g Fladenbrot
75 g Butter
2 gestrichene Teel. Curry

Zubereitung:

Salat putzen, waschen, römischen Salat klein schneiden. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Granatapfelkerne aus der Haut lösen. Schafskäse in Würfel schneiden.

Honig, Zitronensaft, Olivenöl, Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer verrühren.

Fladenbrot in etwa 7cm lange und 2 cm breite Stifte schneiden.

Butter schmelzen, Curry untermischen, das Brot damit bepinseln und im Backofen goldbraun rösten.

Alle Salatzutaten kurz vor dem Servieren behutsam mit der Vinaigrette mischen und anrichten. Mit dem Currybrot servieren.

Feldsalat mit Champignons

1 Brötchen vom Vortag	Brötchen würfeln, Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen, Brötchenwürfel darin anrösten.
200 g braune Champignons	Feldsalat putzen, gründlich waschen und vorsichtig trockenschleudern.
200 g Feldsalat	Pilze mit Papier von der Küchenrolle abreiben und in Scheiben schneiden.
½ Bd. Lauchzwiebeln	Lauchzwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden.
1 TL Butter	Öl mit Essig, Senf, Salz und Pfeffer verrühren und mit Salat, Zwiebeln und Pilzen mischen.
3 EL Walnussöl	Croutons drüberstreuen und servieren.
2 EL Apfelessig	
1 TL Senf	
Jodsalz, Pfeffer	