

Herbstlicher Salat

Ein grüner Blattsalat mit Knabberecken für den Herbst.

etwa 4 Portionen



gelingt leicht

bis 20 Minuten



Zutaten:

Knabberecken:

- 1 TL Butter
- 1 EL Zucker
- 1 EL Honig
- 100 g Pinienkerne

Salat:

- 150 g Feldsalat
- 1 Kopf Lollo Rosso
- 2 hart gekochte Eier (Größe M)
- 100 g Rote-Beete-Kugeln (aus dem Gl.)

Dressing:

- 2 EL Kräuteressig
- Salz
- 2 EL gehackte Basilikumblätter
- 2 EL Orangensaft
- 3 EL Speiseöl, z. B. Sonnenblumenöl oder Zitronenöl
- 1 ½ EL Honig
- 1 TL mittelscharfer Senf

1 Knabberecken:

Butter in einem kleinen Topf zerlassen, Zucker, Honig und die Pinienkerne hinzufügen. Alles unter Rühren so lange erhitzen, bis die Masse karamellisiert und hellbraun ist. Die Masse sofort auf ein Stück Backpapier geben und mit einem Löffel zu einem Taler (Ø etwa 12 cm) flach drücken, dann etwas abkühlen lassen. Das Gebäck in 8 "Tortenstücke" schneiden.

2 Salat:

Feldsalat verlesen, waschen und abtropfen lassen. Lollo Rosso waschen, abtropfen lassen und in mundgerechte Stücke zupfen. Eier pellen und fein hacken. Rote Beete in kleine Streifen schneiden.

3 Dressing:

Essig mit Salz, Basilikum, Orangensaft, Öl und Honig in einen Rührbecher geben und pürieren.

4 Blattsalat kurz vor dem Servieren mit der Soße vermengen. Rote Beete und Ei darüberstreuen, die Knabberecken aufsetzen.



Versuchsküche

Rezepte und Tipps

Tipps aus der Versuchsküche

- Den Feldsalat als Vorspeise oder als Beilage zu Honig-Kartoffeln mit Dip servieren.
- Der Feldsalat kann auch durch jungen Spinat ersetzt werden (den Spinat gründlich waschen, denn Freilandspinat ist oft sandig).

