

Feldsalat mit kandierten Walnüssen

Bio Kochbox KW 02



Feldsalat mit kandierten Walnüssen



MENGENHINWEIS:

- Für 1 Portion die Mengen halbieren
- Für 4 Portionen die Mengen verdoppeln

Für 2 Portionen:

- 150 g Feldsalat
- ½ Granatapfel
- 1 ½ Handvoll Walnüsse
- 100 g Räuchertofu

Eigener Vorrat:

- Salz, Pfeffer, Zucker
- 1 EL Ahornsirup
- 1 EL körniger Senf
- 2 EL Balsamico
- 4 EL Olivenöl

Zubereitung:

Den Granatapfel halbieren und die Kerne sorgfältig herauslösen. Den Feldsalat waschen, putzen und auf Tellern anrichten. Den Räuchertofu in einer Pfanne knusprig ausbraten und anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Walnüsse in derselben Pfanne mit etwas Zucker karamellisieren.

Für das Dressing Honig, Senf, Balsamico, Olivenöl, Salz und Pfeffer verrühren. Die Granatapfelkerne über den Feldsalat streuen und das Dressing darüberträufeln. Zum Schluss die karamellisierten Walnüsse sowie den knusprigen Speck ansprechend auf dem Salat verteilen.



Unsere Weinempfehlung

PINOT GRIGIO LA CAPPUCINA