

Ananas-Walnuss -Salat

Bio Kochbox KW 27



Ananas-Walnuss -Salat



Für 2 Portionen:

- 1 Ananas
- 1 Mini-Romana
- 1 Paprika
- 50 g Rucola
- 80 g Walnüsse, gehackt
- ½ Bund Schnittlauch

Für 4 Portionen:

- 2 Ananas
- 2 Mini-Romana
- 2 Paprika
- 100 g Rucola
- 160 g Walnüsse, gehackt
- 1 Bund Schnittlauch

Eigener Vorrat

- Salz, Pfeffer
- 1 EL Olivenöl
- 2 EL Essig
- 4 EL Walnussöl
- 1 EL Ahornsirup

Zubereitung:

Die Ananas schälen und in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden. Romanasalat grob herunterschneiden. Paprika in kleine Würfel schneiden. Schnittlauch hacken. Die Ananasscheiben auf dem Grill angrillen, bis sie leicht Farbe bekommen. Vom Grill nehmen, abkühlen lassen und in Würfel schneiden. Die Zutaten für Dressing vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Alle Zutaten mit einer vermengen.