

Feldsalat mit Orangenschnitzen (für 4 Personen)

Zutaten:

Für das Dressing:

3 EL Balsamicoessig
3 EL Öl (Walnuss / Olive)
1 TL Senf
2 EL Ahornsirup
Salz, Pfeffer

Für den Salat:

200-300 g Feldsalat



1 Orange

Kerne von einem halben Granatapfel

3 EL Sesam oder Sonnenblumenkerne

So geht's:

Den Feldsalat verlesen und gut waschen, abtropfen lassen, dann in eine ausreichend große Schüssel geben.

Orange schälen, filetieren (evtl. das Fruchtfleisch komplett aus der Haut lösen) und in kleinen Stücken zum Salat geben. Granatapfel aufschneiden und die eine Hälfte in eine großen Schüssel mit Wasser geben. Die Kerne unter Wasser vorsichtig herauslösen und anschließend abtropfen und zum Salat geben.

Für das Dressing alle Zutaten in ein verschließbares Gefäß geben und kräftig schütteln, kurz vor dem Servieren (sonst fällt der Salat sehr schnell zusammen!) über den Salat geben und diesen dann gut mischen und abschmecken. Als letztes Sesam/Sonnenblumenkerne als Topping darüber geben.

Guten Appetit!