



Feldsalat auf Orange

Für 4 Personen

200 g Feldsalat
2 Orangen
2 EL Pinien- oder
Sonnenblumenkerne
1 EL rote Beeren

Dressing

4 EL Öl
2 EL Balsamicoessig
bianco
1 Msp. Senf,
mittelscharf
1 EL Agavendicksaft
oder Ahornsirup
Salz und Pfeffer
1 EL Orangensaft
1 TL Orangen-
konfitüre

Den Feldsalat waschen und gut abtropfen lassen.
Die Apfelsinen schälen, von der weißen Haut befreien und
in 5 mm dünne Scheiben schneiden.
Die Scheiben nebeneinander auf eine Salatplatte legen.
Die Kerne in einer Pfanne bei geringer Temperatur
anrösten.

Für das Dressing Öl, Essig, Senf, Dicksaft oder Sirup, Salz,
Pfeffer und Orangensaft in einem Schüttelbecher
vermischen oder in einer Schüssel verrühren.
Das Dressing abschmecken und evtl. mit
Apfelsinenkonfitüre etwas nachsüßen.
Den Salat in der Mitte auf den Orangenscheiben anrichten,
mit dem Dressing beträufeln und mit den gerösteten
Kernen und den roten Beeren bestreuen.

Tipp: Optisch sehr ansprechend und besonders lecker!



Weitersagen!

Wer das Land, die Menschen und echte Landerlebnisse
in NRW liebt, der kennt www.landservice.de.

Echt. Näher. Dran!

