



KW 18/2016

Salat aus Kräutern, Austernpilzen und Kürbiskernen

Zutaten für 4 Personen:

100 g Asiasalat, 100 g gemischte Wildkräuter, 100 g Schnittsalat Babyleaf, 300 g Pilze, 2 EL Olivenöl
Für die Marinade: 5 EL Weißweinessig, ½ TL Senf, 1 TL Honig, Salz, Pfeffer aus der Mühle, 4 EL Keimöl
Zum Bestreuen: 2 EL Schnittlauchröllchen, 4 EL Kürbiskerne.

Zubereitung:

Die Kürbiskerne zum Bestreuen in einer Pfanne ohne Fett anrösten.
Für den Salat den Asiasalat, die Kräuter und den Schnittsalat putzen, sehr gründlich waschen und alles in mundgerechte Stücke zupfen. Den Salat auf vier Tellern anrichten.
Die Pilze putzen, in mundgerechte Stücke schneiden und in heißem Olivenöl rasch anbraten.
Inzwischen für die Marinade Essig, Senf, Honig, Salz und Pfeffer verrühren und das Keimöl unterschlagen.
Die Marinade auf den Salat träufeln und die Pilze verteilen.
Den Salat mit den Kürbiskernen und dem Schnittlauch bestreuen.

Panierter Kopfsalat mit Remoulade

Zutaten für 4 Personen:

Für die Sauce: 2 hart gekochte Eier, 2 Essiggurken, 1 EL Kapern, 3 EL frisch gehackte Petersilie, 50 g Mayonnaise, 200 g saure Sahne, 1 EL Zitronensaft, Salz, Pfeffer aus der Mühle. Für den Salat: 4 Kopfsalatherzen, 2 Eier, Salz, Pfeffer aus der Mühle, Paprikapulver edelsüß, 100 g Mehl, 150 g Semmelbrösel, Pflanzenöl zum Ausbacken

Zubereitung:

Für die Sauce die Eier pellen und hacken. Die Gurken und die Kapern fein hacken. Beides mit dem Ei, der Petersilie und der Mayonnaise unter die saure Sahne mengen. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.
Den Salat im Ganzen abbrausen und gut trocken tupfen. Möglichst am Strunk zusammenhängend in Stücke oder Scheiben schneiden. Die Eier in einen tiefen Teller mit Salz, Pfeffer und Paprika verquirlen. Das Mehl und die Brösel jeweils in tiefe Teller streuen. Den Salat erst im Mehl wenden, abklopfen und durch die Eier ziehen. Mit den Bröseln panieren und im heißen Fett in der Pfanne goldbraun ausbacken. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen und mit der Sauce servieren.

Wir wünschen Guten Appetit!
Ihr Team vom Gärtnerhof Callenberg