



Nusslissalat

Mit Speck, Champignons und Granatapfelkernen

Zutaten

Salat
200 g Nusslissalat
60 g Speck
100 g Champignons
1 El Pflanzenöl zum
Braten
½ Stk Granatapfel

Für das Dressing
1 El Honig
4 El dunkler Balsamico
6 El Kürbiskernöl
2 El Pflanzenöl
Salz
Pfeffer

Granatapfel

Um an seine köstlichen Kerne ranzukommen ohne sie zu verletzen, die äussere Lederhaut nur durch Einritzen vierteln und auseinanderbrechen. Mit einem Löffel aus der Schale klopfen.

Zubereitung

Vor- und Zubereitung: 15 Minuten

Nusslissalat waschen und rüsten. Speck in Streifen schneiden, Champignons in Scheiben. Granatapfelkerne aus der Lederhaut schälen. Für das Dressing erst Honig und Gewürze mit einem Schwingbesen verrühren, die beiden Öle nacheinander unter ständigem Rühren einlaufen lassen. So erhält man ein gut emulgiertes Dressing. Abschmecken. Den Nusslissalat damit marinieren. Speck im Öl braten, Champignons beigebraten, weiter braten, leicht salzen, über den Salat geben, Granatapfelkerne zum Schluss darüberstreuen.

Foto © Fotolia | Weitere Rezepte auf
www.lifechannel.ch/kochtipp