

Wintersalat mit Nussdressing

Zutaten

Zubereitung: ca. 25 Minuten

Für 4 Personen

2 Handvoll gemischter Saison-Blattsalat (z.B. Nüsslisalat, Zuckerhut), gerüstet, in mundgerechte Stücke geteilt
je 50 g Rot- und Weisskabis, fein gehobelt
1 Rüebli, ca. 100 g, gerüstet, in feine Scheiben geschnitten

Nussdressing:

1 EL Senf
1 TL Mandellikör (Amaretto), nach Belieben
2 EL Apfelessig
3-4 EL Rapsöl
½ EL gemahlene Mandeln
Salz
Pfeffer aus der Mühle

je 2 EL gehackte Haselnüsse und Pistazien, geröstet, ausgekühlt



Zubereitung

1. Salat und Gemüse auf Teller verteilen.
2. Dressing: Alle Zutaten verrühren, würzen.
3. Kurz vor dem Servieren Nussdressing über den Salat träufeln, mit den Nüssen bestreuen.

1 EL Rapsöl durch Haselnussöl ersetzen. Es ist in Drogerien mit Reformabteilung, in Reformhäusern oder beim Grossverteiler erhältlich.

Nährwerte

Eine Portion enthält: 181 kcal, 3g Eiweiss, 17g Fett, 4g Kohlenhydrate.