

Rezept: Salat Rumfort (Was rumliegt und fort muss)



Zutaten:

- 1 halber Kopf Eisbergsalat
- 40g Rucola
- 7-10 Kirschtomaten
- 1 halbe Salatgurke
- 15 Rote Weintrauben
- 80g Walnusskerne
- 2 EL Honig
- 2 EL Zitronensaft
- 4 EL Olivenöl
- 1 Pr. Zucker
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

1. Eisbergsalat und Rucola waschen und in mundgerechte Stücke schneiden/zupfen.
2. Die Gurke streifig schälen, längs halbieren und in feine Scheiben hobeln.
3. Die Kirschtomaten und Weintrauben waschen und halbieren (evtl. vierteln).
4. Die Walnüsse in einer Pfanne bei mittlerer Hitze ohne Fett anrösten.
5. Währenddessen den Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Zucker verrühren, dann das Olivenöl hinzugeben.
6. Die Walnüsse mit dem Honig glasieren.
7. Alle Zutaten in einer Schüssel anrichten, mit dem Dressing übergießen und den noch warmen Krokant darüber verteilen.