

Salat mit Honig-Senf-Dressing

Zutaten: für ca. 4-6 Portionen

etwas Kopfsalat, Lollo Rosso, junger Girsch, und Rucola

4 Tomaten je nach Größe

½ bunte (rot oder gelb) Paprikaschote

½ Gurke oder 1 Zucchini, 1 rote Zwiebel

2-3 Esslöffel in Honig geröstete Erdnüsse

Für das Dressing:

3 El Dijon-Senf, 4 El flüssiger Honig

1-2 El Zitronensaft, bei Bedarf etwas Wasser

2 El Rapsöl, Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Den Salat waschen, putzen und in mundgerechte
Stücke schneiden oder rupfen.

Tomaten waschen und in Scheiben schneiden.

Paprikaschote waschen, entkernen und in Streifen schneiden.

Die Gurke oder Zucchini in dünne Scheiben schneiden

Die Zwiebel schälen und in feine Scheiben schneiden.

Das Dressing ist denkbar einfach.

Alle Zutaten gut miteinander verrühren
und über den Salat geben, leicht mischen

fertig ist der Salat.

Zur Verfeinerung nun mit in Honig gerösteten Erdnüssen bestreuen!

Gebackene Pestoschnitten (Kräuter)

Für 4 Portionen

Von einem Baguette 8 ca. ½ cm. dicke Scheiben abschneiden
aber nicht völlig durchtrennen.

Erst jeweils nach der zweiten Scheibe durchschneiden.

Auf diese Weise 4 Brotscheiben mit Tasche vorbereiten.

In jede Tasche etwa 1 TL Pesto streichen und zusammenklappen.

Die Brote kurz in Milch tauchen.

1 Ei mit 2 EL Sahne und 1 EL ger. Parmesan verquirlen.

Die Brote in der Mischung wenden und in heißem Olivenöl
von beiden Seiten goldbraun braten.

Gutes Gelingen und einen ebensolchen Appetit!!!