

Rezept der Woche



Asia-Salat mit Antipasti

Zutaten (für zwei)

- 200g Asia-Salat
- 1 Zucchini, Aubergine, Paprika und/oder Pilze
- 100g Cashewnüsse
- Olivenöl

für das Dressing:

- 2 EL Senf
- Balsamico
- Olivenöl/ Sonnenblumenöl
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 TL Honig
- Salz und Pfeffer
- nach Belieben Kräuter

Zubereitung

Den Asia-Salat waschen. Die Zucchini, Aubergine, Paprika und/oder Pilze waschen und in kleine Stücke schneiden und mit Olivenöl in der Pfanne goldbraun anbraten. Auf einem Teller mit Küchentuch abkühlen lassen.

Cashewnüsse ohne Fett in einer Pfanne (alternativ Backofen) rösten und ebenfalls auf einem Teller abkühlen lassen.

Für das Dressing:

Zunächst den Senf in ein Glas geben und nach und nach Öl und Balsamico zugeben, zwischendurch rühren, sodass der Senf sich mit Öl und Balsamico verbindet. Zum Schluss die gepresste Knoblauchzehe, den Honig, Salz und Pfeffer hinzugeben und mit Kräutern verfeinern.