

FRÜHLINGSSALAT MAISON

Episode 025 Frühlingsalat Maison / Flavorites – Jeden Mittwoch um 18.00 Uhr auf ProSieben Schweiz



Rezept für 1-2 Personen

BÄRLAUCHHONIG

10 Bärlauchblätter, Stängel
3 EL Honig

1. Die Stiele der Bärlauchblätter in kleine Stücke schneiden, zum Honig ins Glas geben und gut schütteln.

BÄRLAUCHÖL

10 Bärlauchblätter
2 Prisen grobes Salz
3 EL Olivenöl
2 Stückchen Zitronenschale
1 Prise Salz
1 Kaffeefilter

1. Die Bärlauchblätter grob schneiden, mit etwas grobem Salz in den Mörser geben und zerstampfen.

2. Olivenöl darüber giessen und zwei Stückchen Zitronenschale dazu geben.

3. Die Paste durch einen Kaffeefilter aus Papier absieben, das reine Öl direkt zurück in den Mörser fliessen lassen. In einer Flasche mit Bügelschluss aufbewahren.

EXTRAS SALAT

4 Spargeln
2 EL Olivenöl
1 Prise Salz
5 Cheery-Tomaten
2 EL Rohrzucker
5 frische Morcheln
1 Schalotte
2 Prisen Salz
Saft ½ Zitrone
1 Handvoll Pinienkerne

1. Die Spargeln in der Bratpfanne kurz anrösten, ohne Öl. Sobald sie etwa Farbe angenommen haben herausnehmen, mit Öl beträufeln und leicht salzen.

2. Die Cherrytomaten halbieren und mit der Schnittfläche nach unten in den Rohrzucker legen. Etwas Öl in die Bratpfanne geben. Die gezuckerten Tomatenhälften leicht darin karamellisieren.

3. Schalotten schneiden, in der Bratpfanne andünsten. Die Morcheln in grosse Stücke schneiden und dazu geben, andünsten und leicht salzen. Zum Schluss mit Zitronensaft ablöschen.

4. Pinienkerne in der Pfanne anrösten.

SALAT

2 Handvoll Schnittsalat
etwas Friséesalat
einige Stängel Schnittlauch
etwas italienischer Peterli
¼ kleiner Cicorino rosso
Saft ½ Zitrone
½ frisches Geisskäsli
einige Blätter frisches Basilikum

1. Den Schnittsalat und den Frisée in einen Teller geben, den Schnittlauch in lange Stifte schneiden, mit dem Peterli und dem Cicorino rosso darunter mischen.

2. Mit den Spargeln, den karamellisierten Cherrytomaten, den Morcheln und den Pinienkernen anrichten. Für die Salatsauce das Bärlauchöl mit Zitronensaft vermischen und über den Salat giessen.

3. Ein paar Stückchen Geisskäse auf dem Salat verteilen, etwas Bärlauchhonig und ein paar Blätter Basilikum als Topping verwenden.



Cherrytomaten karamellisieren ist ein Trick, der super einfach anzuwenden ist und immer funktioniert: in Kombination mit Spargeln und Morcheln erhält der einfachste Schnittsalat so eine königliche Note.

Dieses Rezept stammt aus
Flavorites von René Schudel

Flavorites.com