Rezept

Feldsalat mit Birne und Aprikosen

Ein Rezept von Feldsalat mit Birne und Aprikosen, am 27.04.2024

Zutaten

100 g	Feldsalat
3 EL	Zitronensaft
30 g	Walnusskerne
	Salz
1/2 TL	gemahlener Koriander
2 EL	Walnussöl
2	kleine Birnen
75 g	weiche getrocknete Aprikosen
3 EL	Birnen- oder Apfelessig
	Pfeffer
2 EL	Sonnenblumenöl
2-3 EL	Birnen- oder Apfelsaft

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 430 kcal

Zubereitung

1. Feldsalat putzen, verlesen, kalt abbrausen und gut trocken schütteln. Birnen waschen, trocken reiben, vierteln und entkernen, die Viertel in Scheiben schneiden und in Zitronensaft wenden.

2. Die Aprikosen klein schneiden, die Walnusskerne grob hacken. Alle Zutaten mischen.

3. Essig mit Salz, Pfeffer und Koriander verrühren. Beide Ölsorten mit einem Schneebesen unterschlagen. Den Saft einrühren, abschmecken und mit den übrigen Zutaten mischen.