Rezept

Chicorée-Giersch-Salat

Ein Rezept von Chicorée-Giersch-Salat, am 25.05.2025

Zutaten

400 g	Chicorée
150 g	Giersch
150 g	griechischer Joghurt
2 TL	Kapern
1 TL	Senf
	Salz
4 Scheiben	Baguette
30 g	Bärlauch
1	Limette
100 g	Mayonnaise
3 EL	Olivenöl
2 TL	Ahornsirup
	Pfeffer
4 dicke Scheiben	Taleggio (ca. 120 g)

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 420 kcal

Zubereitung

1. Für den Salat den Chicorée putzen, waschen und längs halbieren. Den Strunk keilförmig herausschneiden und die Blätter längs in Streifen schneiden. Den Bärlauch waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Den Giersch waschen und trocken schütteln. Ein Drittel des Gierschs grob hacken. Den restlichen Giersch mit dem Chicorée in eine Schüssel geben.

2. Den Saft der Limette auspressen und mit Joghurt, Mayonnaise, Kapern, Olivenöl, Senf, Ahornsirup, Salz, Pfeffer, dem gehackten Giersch sowie dem Bärlauch in einen hohen Rührbecher geben und mit dem Stabmixer zu einem cremigen Dressing pürieren.

3. Für die Crostini den Backofengrill vorheizen. Die Baguettescheiben unter dem Grill auf beiden Seiten hellbraun rösten (Achtung: Das Brot wird schnell dunkel!). Die Crostini mit dem Taleggio belegen und kurz überbacken, bis der Käse leicht schmilzt.

4. Chicorée und Giersch mit dem Bärlauch-Dressing mischen. Den Salat mit den Taleggio-Crostini servieren.