

Rezept

Chicoréesalat mit Birnen

Ein Rezept von Chicoréesalat mit Birnen, am 29.09.2023

Zutaten

100 g Crème fraîche	4 EL Apfelessig
50 ml Birnensaft	Salz
Pfeffer	2 Chicorée
2 Stiele Petersilie	2 reife Birnen (z. B. Packham's)
100 g Frühstücksspeck (in Scheiben)	2-3 TL Öl (z. B. Sonnenblumenöl)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 360 kcal

Zubereitung

1. Für das Dressing die Crème fraîche mit Essig und Birnensaft glatt rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Chicorée putzen, zerpfücken, die Blätter waschen, trocken schleudern und in schmale Streifen schneiden. Den Chicorée mit dem Dressing mischen und etwas ziehen lassen.
2. Inzwischen die Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und grob hacken. Die Birnen vierteln und die Kerngehäuse entfernen, die Viertel schälen und in schmale Spalten schneiden.
3. Den Speck portionsweise in einer Pfanne mit je 1 TL Öl von beiden Seiten knusprig braun braten. Die Speckscheiben herausnehmen leicht abkühlen lassen, dann in mundgerechte Stücke schneiden. Birnen, Petersilie und Speck mit dem Salat mischen. In Schälchen anrichten und servieren.