

Rezept

Käsesalat mit Nektarine

Ein Rezept von Käsesalat mit Nektarine, am 28.06.2026

Zutaten

80 g Rucola	3 feste Nektarinen
100 g Gouda	1 Zweig Rosmarin (ersatzweise 1 TL getrockneter Rosmarin)
50 g Mandelblättchen	5 EL Honig
Salz	4 EL Apfelessig
2 TL Senf	4 EL Olivenöl

Außerdem

- 2** Salatboxen (1 l Inhalt)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 715 kcal, 44 g F, 23 g EW, 57 g KH

Zubereitung

1. Rucola verlesen, waschen und trocken schleudern. In 3-4 cm lange Stücke schneiden. Nektarinen waschen, halbieren und entsteinen. Die Hälften in 1 cm große Würfel schneiden. Käse grob reiben.
2. Rosmarin waschen und trocken schütteln. Die Nadeln abzupfen und fein hacken. Mandelblättchen in einer beschichteten Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze rösten, bis sie leicht bräunen. Rosmarin, 2 EL Honig und 1 Prise Salz zugeben und unter Rühren in ca. 2 Min. karamellisieren lassen. Die karamellisierten Mandeln auf einem Bogen Backpapier verteilen und abkühlen lassen.
3. Essig, Senf, Öl und restlichen Honig zu einem Dressing verrühren. Zuerst das Dressing auf die Salatboxen verteilen. Dann nacheinander Nektarinen, Käse, karamellisierte Mandeln und Rucola daraufschichten und die Boxen verschließen. Zum Servieren jede Salatportion auf einen Teller stürzen oder direkt aus der Salatbox genießen.