

Rezept

Orangensalat mit Radicchio

Ein Rezept von Orangensalat mit Radicchio, am 20.04.2024



Zutaten

- | | |
|-----------------------|------------------------------------|
| 900 g Orangen | 1 Fenchelknolle (ca. 250 g) |
| 2 EL Rosinen | 3 EL Weißweinessig |
| 5 EL Olivenöl | Salz |
| Pfeffer | 1 EL Pinienkerne |
| 1 rote Zwiebel | 1 Radicchio (ca. 250 g) |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 375 kcal

Zubereitung

1. Den Saft von 1 Orange auspressen. Von den restlichen Orangen die Schale so dick abschneiden, dass auch die weiße Haut mit entfernt wird, dabei den abtropfenden Saft auffangen. Die Orangen quer in dünne Scheiben schneiden.

2. Fenchel putzen und waschen, das Grün abschneiden und beiseitelegen. Die Knolle längs vierteln, den Strunk herausschneiden und die Viertel fein hobeln. Fenchel und Orange mischen.

3. Den Orangensaft in einem Topf aufkochen, die Rosinen darin offen 2 Min. köcheln lassen. Dann in ein Sieb abgießen und dabei den Saft auffangen. 3 EL Saft mit Essig und Öl kräftig verrühren, salzen und pfeffern. Orangen und Fenchel mit der Marinade mischen und 10 Min. ziehen lassen.

4. Inzwischen die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldgelb rösten. Die Zwiebel schälen und in feine Streifen schneiden. Den Radicchio halbieren und den Strunk herausschneiden. Die Blätter waschen, trocken schleudern und fein zerschneiden. Das Fenchelgrün fein hacken.

5. Den Radicchio auf einer Platte auslegen, den Orangen-Fenchel-Salat darauf verteilen und mit Zwiebelstreifen, Rosinen, Pinienkernen und Fenchelgrün bestreuen.