

Wintersalat: Feldsalat mit Champignons und Frischkäsenocken

Von Ines und Michael

CO₂-Bilanz: ca. 1093g CO₂, mit veganer Frischkäsevariante: 660g CO₂

Zutaten:

- 500g Feldsalat
- 300g Frischkäse Natur
- 1-2 TL geriebene Zitrone
- etwas Zitronensaft
- Pfeffer
- 3 Lauchzwiebeln
- 1 TL Senf
- 2-3 TL Weißweinessig
- Salz & Pfeffer
- Zucker
- 4 EL Rapsöl
- 400g Champignons



Zubereitung:

Den Salat waschen und in kleine Stücke gezupft in eine Schüssel geben. Die in Ringe geschnittenen Lauchzwiebeln hinzugeben.

Champignons putzen, in Stücke schneiden und kurz anbraten. Dann ebenfalls zum Salat zugeben.

Für die Frischkäsenocken den Frischkäse in eine Schüssel geben und mit Zitronenschale, Zitronensaft und Pfeffer vermischen.

Für das Dressing Senf, Essig, Salz, Pfeffer, Zucker und Öl miteinander verrühren.

Nun das Dressing über den Salat geben. Mit zwei kleinen Teelöffeln Nocken vom Frischkäse abstechen und auf den angerichteten Salat geben.

Guten Appetit!