

Endiviensalat mit Obst

CO₂-Bilanz: ca. 1710 g CO₂

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

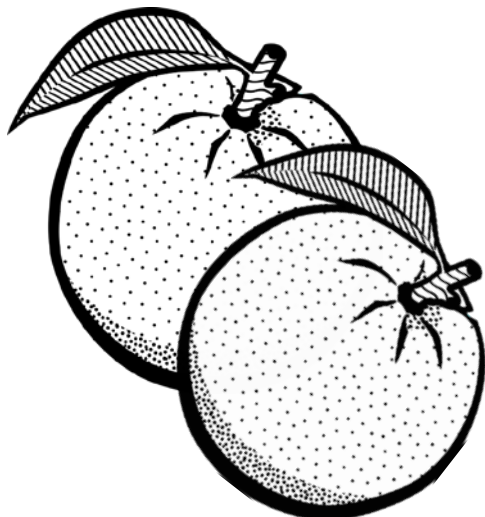


Zutaten für 4 Portionen:

- 1 Stück Granatapfel
- 1 Endiviensalat
- 2 Orangen
- 500 g kleine Partytomaten

Für die Sauce:

- 2 EL Bio Zitronensaft
- 1 TL Senf (mittelscharf)
- 4 EL Wasser
- 1 EL frische Basilikum
- 1 Prise Salz und Zucker
- 3 EL Olivenöle
- 1/4 Zwiebeln



Zubereitung

1. Salat putzen, ganze Blätter waschen. Endiviensalat schmeckt oft bitter, deshalb sollten die Blätter kurz im lauwarmem Wasser liegen bleiben. Die Bitterstoffe gehen dabei verloren.
2. Blätter bündeln und in feine, ca. in 1 cm lange Streifen schneiden.
3. Andere Zutaten mit Salat mischen.
4. Zitronensaft, Senf, Wasser Salz und Öl mit einem Schneebesen in einer Schüssel glattrühren.
5. Das fein zerkleinerte Basilikum und Zwiebeln zugeben.
6. Alles zusammen mischen abschmecken und anrichten

Guten Appetit!