

Feldsalat „Exotic-Spicy“ mit Löwensenf



Zutaten (für 4 Portionen):

200 g Feldsalat

einige Blätter Radicchio

2 Scheiben Toastbrot

3 EL Olivenöl

400 g Austernpilze

2 Knoblauchzehen

4 EL Sonnenblumenöl

6 EL heller Balsamicoessig

ca. 150 ml Gemüsebrühe

ca. 3-4 EL Löwensenf Medium

ca. 2 TL Zucker

Salz

50 g Walnushälften

100 g Parmesan

Zubereitung:

Feldsalat und Radicchio putzen, waschen und abtropfen lassen. Toastbrot entrinden und in kleine Würfel schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Brotwürfel darin goldbraun rösten und beiseite stellen. Austernpilze putzen und in grobe Stücke schneiden. Knoblauch abziehen und zerdrücken. Öl in einer Pfanne erhitzen, Austernpilze mit Knoblauch darin andünsten und warm stellen. Das verbliebene Fett mit Essig und Gemüsebrühe ablöschen und mit Senf, Zucker und Salz abschmecken. Walnushälften grob hacken und Parmesan dünn hobeln. Feldsalat mit Radicchio auf tiefen Tellern anrichten, Pilze darauf geben und Salat mit der Flüssigkeit beträufeln. Mit Croûtons, Walnüssen und Parmesan bestreut.

Tipp:

Anstelle der Austernpilze können Sie den Salat auch sehr gut mit frischen Champignons zubereiten.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

KJ/kcal p. P.: 1804/431