



SOMMERLICHER SALAT

mit frischen Kräutern und Grapefruitfilets



Dirk Luther

Sommerlicher Salat

mit frischen Kräutern und Grapefruitfilets

ZUTATEN

SALAT

500 g kleine, neue Kartoffeln, gekocht und gepellt
5 Handvoll gemischte knackige Salate,
z. B. Mini-Römersalat, Rucola, Radicchio, Chicorée,
gewaschen und gezupft
2 Handvoll frische Kräuter, z. B. Minze,
Blatt Petersilie, Schnittlauch, Basilikum, die
Blätter abgezupft und zerpfückt
1 Fenchelknolle, halbiert und in hauchdünne
Scheiben geschnitten
Filets von zwei Grapefruits
150 g zerkrümelter Fetakäse
Salz und Pfeffer aus der Mühle

VINAIGRETTE

12 EL Rotweinessig
1 TL körniger Dijon-Senf
1 TL Honig
125 ml Rapsöl
Salz und Pfeffer aus der Mühle



VINAIGRETTE Für die Vinaigrette Rotweinessig, Senf und Honig mit einem Stabmixer mixen. Das Öl langsam hinzufügen, bis die Vinaigrette emulgiert. Mit Salz und Pfeffer würzen.

SALAT Geben Sie den gemischten Salat zusammen mit den Kräutern, den Fenchelscheiben, den Grapefruitfilets und dem Fetakäse in eine Schüssel. Die fertiggegartenen, noch warmen Kartoffeln mit Pfeffer und Salz würzen und hinzufügen. Die Vinaigrette gründlich unter den Salat mischen – und fertig!



★ PROFITIPP

Sie können der Vinaigrette statt mit Honig auch mit frisch gehackten Kräutern, wie z. B. Schnittlauch, eine besondere Note verleihen. Wenn Sie Ihre Vinaigrette ein wenig pikanter mögen, können Sie auch eine kleine, feingehackte Schalotte dazugeben.