Rezept

Postelein Salat

Zutaten für 4 Portionen
Arbeitszeit: ca. 15 min

- 300g Postelein
- 150g Ziegenfrischkäse oder Schafskäse
- 3 EL Sesam
- 5 EL Schinken gewürfelt
- 200 ml Gemüsebrühe
- 8 Zehen Knoblauch
- 3 EL Essig
- 3 EL Olivenöl
- 2 EL Honig
- Salz und Pfeffer
- 50 - 100g Rote Bete

Den Postelein gründlich waschen, von den Wurzeln befreien und trocken schleudern. Die Rote Bete währenddessen in Salzwasser gar kochen. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und die Sesamkörner anrösten und in einem Küchenkrepp abtropfen lassen. Aus den Knoblauchzehen feine Scheiben schneiden und auch diese goldbraun anrösten und abtrocknen. Als letztes kommen die Schinken Würfel noch in die Pfanne und werden ebenfalls gebrutzelt.

Die gegarten Roten Bete pellen und in schöne Streifen schneiden. Zusammen mit dem Schinken und den Sesamkörnern zum Postelein geben. Das Öl aus der Pfanne mit etwas Essig, Honig, Salz und Pfeffer zu einem Dressing abschmecken und zu dem Salat geben. Abschließend nun den Käse mit den gerösteten Knoblauchscheiben untermengen und servieren,

Guten Appetit!

KW09__Postelein_Salat.pdf