

Bunter Salat mit Honig-Senf-Dressing

Für zwei Personen

Für den Salat:

½ Kopf Lollo bianco	16 kleine bunte Tomaten	2 mittlere Möhren
1 Rote Bete	1 kleiner Kohlrabi	8 Radieschen
½ Gurke	4 EL Heidelbeeren	2 EL Granatapfelkerne
1 Scheibe Feta	40 g Walnüsse	

Für das Dressing:

1 Limette, Saft	1 TL mittelscharfer Senf	1 EL Honig
1 EL Weißweinessig	20 ml geröst. Haselnussöl	80 ml Olivenöl
3 Zweige Basilikum	1 TL getrock. Oregano	Salz, Pfeffer

Für die Eier:

10 Wachteleier	1 Ei	30 g feines Paniermehl
10 g getrocknete Petersilie	Mehl	Öl

Für die Puri:

60 g Mehl	1/3 TL Salz	Öl
-----------	-------------	----

Für die Garnitur:

1 Beet lila Rettichkresse

Für den Salat:

Den Salat waschen und zupfen. Möhren, Bete und Kohlrabi schälen.

Möhren und Gurke der Länge nach in dünne Streifen schneiden. Bete, Kohlrabi, Tomaten und Radieschen klein schneiden. Feta ebenfalls klein schneiden, Walnüsse hacken. Alle Zutaten vermengen.

Für das Dressing:

Limette halbieren und den Saft auspressen. Limettensaft, Senf, Honig, Essig, Haselnussöl, Olivenöl, Basilikum und Oregano in ein Gefäß geben und pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Eier:

Wachteleier ca. 2 Minuten kochen. Kurz abschrecken und schälen.

Paniermehl und Petersilie mischen. Wachteleier erst in Mehl, dann in verquirltem Ei und zum Schluss in der Paniermehl-Petersilien-Mischung wälzen. In heißem goldbraun frittieren.

Für die Puri:

Mehl mit Salz und 3,5 EL warmem Wasser vermischen. Mit eingeöhlten Händen zu einem festen Teig kneten. In Folie wickeln und 10 Minuten ruhen lassen. Teig in 6 Portionen teilen und jede Portion auf ca. 1 mm Stärke ausrollen. Mit einem Dessertring ca. 6 cm große Kreise ausstechen. Teigkreise in heißes Öl geben und mit einer Schaumkelle im Fett nach unten drücken, bis sie sich aufblähen. Es dauert ca. 10 Sekunden. Dann im Fett kurz schwimmen lassen und von beiden Seiten leicht bräunen. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Garnitur:

Gericht mit Kresse garnieren.

Dirk Köhler am 10. Juni 2024