

Bauern-Salat, Kartoffeln, Speck, Pilze, Kalb-Wurst-Salat

Für zwei Personen

Für den Bauernsalat:

100 g luftgetr. Bauchspeck	1 festk. Kartoffel	1 Salatmix
6 Radieschen	100 g Pfifferlinge	1 Zehe Knoblauch
50 ml Apfelessig	100 ml Sonnenblumenöl	1 TL scharfer Senf
1 TL flüssiger Honig	1 Bund Schnittlauch	Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für den Kalbswurstsalat:

200 g Lyoner Kalbswurst	6 gelbe, rote Cocktailtomaten	1 rote und gelbe Paprika
1 Bund Radieschen	1 Bund Frühlingszwiebel	1 Zehe Knoblauch
100 g Bergkäse	50 ml Apfelessig	50 ml Sonnenblumenöl
1 TL scharfer Senf	1 TL flüssiger Honig	1 Bund Schnittlauch
1 Bund glatte Petersilie	Salz	Pfeffer

Für das Fenchel-Brot:

2 EL Fenchelsamen	200 g glattes Mehl	200 ml Mineralwasser
1 TL Backpulver	2 EL Grobes Bäckersalz	

Für die Garnitur:

1 Kästchen Kresse

Für den Bauernsalat:

Die Kartoffel schälen, würfeln und in einer Pfanne mit Olivenöl goldbraun rösten. Pfifferlinge putzen, Speckscheiben würfeln. Beides mit in die Pfanne geben.

Salate waschen, trocken schleudern und in ca. 3 cm breite Streifen schneiden. Radieschen waschen, trocken tupfen und kleinschneiden.

Knoblauch abziehen, fein würfeln und mit dem Honig, Essig, Sonnenblumenöl, Senf, Salz und Pfeffer zu einer Marinade vermengen. Den Salat in eine Schüssel geben und mit der Marinade mischen.

Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Kartoffeln, Speck und Pfifferlinge sowie frischen Schnittlauch darüber streuen.

Für den Kalbswurstsalat:

Die Wurst und den Käse in feine Streifen schneiden, Frühlingszwiebel abbrausen, trocken tupfen und in Ringe schneiden. Die Tomaten, Radieschen und Paprika abbrausen und trocken tupfen. Tomaten halbieren und Paprika in kleine Rauten schneiden. Radieschen in Längsstreifen schneiden. Knoblauch abziehen und feinhacken.

Aus dem Essig, Öl, Salz, Pfeffer, Knoblauch, Honig und Senf eine Marinade vermengen. Petersilie und Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und feinschneiden.

Die geschnittenen Zutaten mit der Marinade mischen und frische Petersilie darüber geben.

Für das Fenchel-Brot:

Den Ofen auf 180 Grad Heißluft vorheizen.

Fenchelsamen in einer Pfanne rösten. Das Mehl mit Mineralwasser, Salz, einigen Fenchelsamen und wenig Backpulver zu einem Teig kneten und kurz ruhen lassen. In Form bringen, mit Fenchelsamen und Bäckersalz bestreuen und im Ofen ca. 25 Minuten backen.

Für die Garnitur:

Lauwarmer Bauernsalat mit gerösteten Kartoffeln, Speck, Pfifferlingen und Kalbswurstsalat mit selbstgebackenem Fenchel-Brot mit Kresse garnieren und auf Tellern anrichten und servieren.

Andreas Krottendorfer am 24. Oktober 2017