

Asia-Salat

Für 4 Personen

Für den Gemüsesalat:

350 g Weißkohl	1 Möhre	1 Zucchini
12 Shiitake-Pilze	1 gelbe Paprika	1 EL Haselnussöl
Salz	Stück frischer Ingwer	1 EL Sojasauce
1 EL Korianderblättchen		

Für das Dressing:

40 ml weißer Balsamico	1 Limette (Saft)	1 EL Honig
Salz	Piment-d'Espelette	60 ml Olivenöl

Für das Shiitake-Pesto:

200 g Shiitake-Pilze	100 ml Olivenöl	Salz
Pfeffer	1 Bund Schnittlauch	

Für den Asia-Gemüsesalat das Gemüse putzen, ggf. schälen. Die Stiele aus den Pilzen drehen. Pilze abreiben. Paprika mit einem Sparschäler fein schälen. Ingwer schälen.

Gemüse und Pilze in etwa 2 cm lange, feine Streifen schneiden. Ingwer fein hacken.

Haselnussöl in einer großen Pfanne erhitzen. Gemüse, Pilze und Ingwer darin unter Wenden mit noch leichtem Biss andünsten. Mit Salz und Sojasauce würzen.

Für das Dressing Essig, Limettensaft, Honig, Salz und Piment d'Espelette verrühren. Das Öl untermixen.

Gemüsestreifen und Dressing mischen, auskühlen lassen.

Für das Pesto die Pilze putzen, Stiele ausdrehen. 3 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Pilze darin unter Wenden anbraten, würzen.

Pilze und restliches Olivenöl fein mixen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln, fein schneiden und unter das Pilz-Pesto mischen, abschmecken.

Jörg Sackmann am 29. Januar 2019