

Bunter Salat mit Orangen-Senf-Dressing

Für 4 Portionen

1 Kopf Blattsalat	1 Bio-Salatgurke (450 g)	400 g Cocktailtomaten
2 Fenchelknollen (340 g)	1 Orange (120 g)	2 TL körniger Senf
2 EL weißer Balsamico-Essig	1 gute Prise Salz	frisch gemahlener Pfeffer

Vom Salat die äußeren welken Blätter entfernen. Die übrigen Blätter vom Kopf ablösen und in mundgerechte Stücke zupfen.

Den Salat waschen und trocken schleudern.

Die Gurke gründlich waschen und in mundgerechte Stücke schneiden.

Die Tomaten waschen, größere Exemplare halbieren. Den Fenchel waschen, längs halbieren und den inneren Strunk fein hobeln.

Die Orange halbieren und den Saft auspressen.

Salat, Gurke, Tomaten und Fenchel in einer großen Schüssel mischen.

Für das Dressing die Orange halbieren und den Saft auspressen. Saft, Senf und Essig am besten in einem hohen Rührbecher mit dem Stabmixer aufmixen. Mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken.

Den Salat in der Schüssel mit dem Dressing mischen, auf Teller verteilen und sofort servieren.

Frank Rosin