

Feld-Salat mit einer Champignon-Orangen-Vinaigrette

Für 2 Portionen

150 g Feldsalat	1 Zwiebel	10 braune Champignons
1 Orange	1 Birne	2 EL Olivenöl
Essig	Salz	Pfeffer

Den Feldsalat waschen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebel und die Champignons in feine Scheiben schneiden und beides kurz im heißen Olivenöl leicht anrösten. Mit Salz und Pfeffer würzen und die Pfanne vom Herd nehmen. Für das Dressing die Orange halbieren, auspressen und den Saft über die Zwiebel und die Champignons geben. Nun einen kleinen Schuss Essig dazugeben. Abschließend eine ungeschälte Birne reiben und alles in der Pfanne vermengen. Mit dem Feldsalat mischen und servieren.

Steffen Henssler am 18. 07. 2011