

Wildkräutersalat mit Kartoffelkrusteln und Krenvinaigrette

Zutaten (für 4 Personen):

Für den Salat:

200 g gemischte Wildkräuter, z.B. Löwenzahn, Gänseblümchen, Brunnkresse, Sauerampfer, Rucola, Kapuzinerkresse
4 Frühlingszwiebeln
1 Bund Radieschen
1 Hand voll versch. Sprossen, z.B. Mungo, Rettich, Kichererbsen, Bockshornklee
3 hartgekochte Eier
2 EL Weißwein
4 EL Rapso

Für die Kartoffelkrusteln:

1 große festkochende Kartoffel
1 Knoblauchzehe
1 Rosmarinweig
Salz, weißer Pfeffer

Für die Krenvinaigrette:

1 EL Apfelessig
2 EL Weinessig
2 EL Weißwein oder Most
Salz
4 EL Rapso
1-2 EL frisch geriebener Kren (Meerrettich)



Wildkräutersalat mit Krenvinaigrette

ein
Rapso[®]
Rezept

Zubereitung:

Die Wildkräuter verlesen, gründlich waschen und gut trockentupfen. Von den Frühlingszwiebeln die Wurzel und die grünen Enden entfernen und die Zwiebeln in schräge, dünne Scheiben schneiden. Die Radieschen putzen, waschen und in dünne Scheiben schneiden. Alles in eine Schüssel geben und mit den Sprossen bestreuen. Zum Schluß die geschälten, in Scheiben geschnittenen Eier untermischen.

Für die Kartoffelkrusteln die Kartoffeln waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Rapso in einer Pfanne mit der ungeschälten Knoblauchzehe und dem Rosmarinweig erhitzen und die Kartoffelwürfel in wenigen Minuten darin goldbraun und kross braten. Auf ein Sieb schütten und gut abtropfen lassen. Knoblauch und Rosmarin wieder entfernen und mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen.

Für die Vinaigrette die beiden Essigsorten, Weißwein und Salz verrühren bis sich das Salz aufgelöst hat. Dann unter ständigem Rühren Rapso mit einem kleinen Schneebesen dazugießen. Den Kren unter die cremige Salatsauce rühren und den Salat damit anmachen. Mit den Kartoffelkrusteln bestreut servieren.

Wer möchte, reichert den Salat noch mit gebratener, in Scheiben geschnittener Hähnchenbrust oder mit gebratenen Pfifferlingen an.