

Chicorée-Orangen-Salat

Für 4 Personen | **Vor- & Zubereitung:** 25 Min.

Zutaten

4 Stk	Chicorée
4 Stk	Orange, Bio
100 g	Speckwürfeli
8	Baumnusskernen, grob gehackt
2 EL	Weissweinessig
2 EL	Olivenöl
1 EL	Baumnussöl
1 TL	Honig, flüssig
2 Zweige	Thymian
	Salz & Pfeffer

Zubereitung

Den Chicorée der Länge nach schneiden. Bei den Orangen oben und unten den Deckel abschneiden, danach die Schale rundherum bis zum Fruchtfleisch entfernen. Die Filets vorsichtig zwischen den weissen Trennhäuten ausschneiden. Die Baumnüsse in der Bratpfanne anrösten, bis die Röstaromen freigesetzt werden. Die Speckwürfel in der gleichen Pfanne bei mittlerer Hitze langsam knusprig braten. Essig, Öl und Honig in einer Schüssel gut verrühren. Die Thymianblätter von den Zweigen zupfen und zur Sauce geben, anschliessend Salz und Pfeffer abschmecken. Den Chicorée auf Tellern anrichten. Etwas von der vorbereiteten Sauce darüber verteilen. Orangenfilets, Nüsse und Speckwürfeli sowie Thymian darüber verteilen. Restliche Sauce darüber träufeln, servieren.

Folgt uns auf Instagram:



ALBERTORUSSO_WINEANDDINE

Bewertet uns auf Google:

