

Rezept des Monats
Januar 2009



Der Bauernmarkt im Internet
www.bauernmarkt-olpe.de

Wintersalat mit Honig-Senfmarinade

Zutaten (für 4 Personen):

- 4 Mandarinen
- 150 g Joghurt
- 2 TL mittelscharfer Senf
- Salz, Pfeffer
- 2 TL flüssiger Honig
- 1 großer Chicorée
- 2 Romanasalat-Herzen
- 3 Stiele glatte Petersilie
- 4 EL Öl
- 100 g Bauernhartkäse



Zubereitung:

1. 1 Mandarine auspressen. In einer Schüssel Joghurt, Senf und Mandarinsaft glatt verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Honig pikant abschmecken.
2. Chicorée und Salatherzen putzen, waschen und trocken schleudern. In mundgerechte Stücke zupfen bzw. schneiden. Die übrigen Mandarinen schälen und je nach Geschmack in Stücke oder Scheiben zerteilen.
3. Petersilie waschen und trocken tupfen. Die groben Stängel entfernen und den Rest kleiner zupfen. Im heißen Öl ca. ½ Min. knusprig braten und auf Küchentuch abtropfen lassen.
4. Salat und Mandarinen anrichten und die Soße darüber verteilen. Käse raspeln und darüber streuen. Mit der Petersilie garnieren.

Mit Bauernbrot und einem kühlen Bier servieren.

Guten Appetit!