

Frühlingshafter Blattsalat mit Honig-Senf-Dressing, Apfel, grünem Spargel, Wachteleiern und gebackenen Austernpilzen

Zutaten:

1 Apfel
300g Austernpilze
200g grüner Spargel
1 Ei (zum Panieren)
Pankomehl
Verschiedene Blattsalate
4 Wachteleier
Meersalz
Pfeffer aus der Mühle
Pinienkerne

Für das Dressing:

1 EL Dijon Senf
1 EL Süßer Senf
1 EL mittelscharfer Senf
1 EL Honig
3 EL Balsamicoessig hell
Ca. 200 ml Rapsöl
Meersalz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Alle Zutaten für das Dressing bis auf das Pflanzenöl in ein schmales Gefäß geben. Gut mit einem Stabmixer vermengen und dabei das Pflanzenöl langsam zugeben, abschmecken -> fertig. Lässt sich super vorbereiten und ist einige Zeit abgedeckt im Kühlschrank haltbar.

Blattsalate:

Verschiedene Sorten zb. Kopfsalatherzen, Spinat, Rucola, Radicchio, Feldsalat etc. gründlich waschen und trockenschleudern.

Den Spargel und die Äpfel dünn hobeln und mit etwas Meersalz marinieren.

Die Wachteleier werden 2:41 min gekocht und sind dann wachweich.

Die Pilze putzen und anschließend mit Mehl, Ei und Pankomehl panieren. Anschließend in etwas Rapsöl ausbacken und mit Meersalz würzen. Hierfür einigt sich auch jeder andere Speisepilz.

Zum Anrichten den Blattsalat in eine Schüssel geben, mit dem Dressing marinieren, Apfel und Spargel zugeben und auf einem Teller anrichten. Die Wachteleier und die gebackenen Pilze anrichten und ein paar gerösteten Pinienkernen darüber streuen.

Einen guten Appetit wünscht das Team vom Gasthaus Stuckatz.