

■ REZEPT DES MONATS - JUNI



Foto: shutterstock.com | Eldred Lim

Salatdressing für 4 Personen

1/2	Schalotte, klein gehackt
4 – 6 EL	Olivenöl
50 – 100 ml	Brühe
1 – 2 EL	Weißweinessig
1/2 T	Senf
1 TL	Honig
1 – 2 Spritzer	Zitronensaft
	Salz, Pfeffer
je nach Geschmack	Kräuter (Schnittlauch, Petersilie, Basilikum, Thymian...)

Alles mit dem Pürierstab gut verrühren, abschmecken, fertig.

Dieses Dressing passt gut zu gemischten Salaten mit Gurke, Tomate, Paprika, Blattsalat.

Probieren Sie auch mal zum Salat Schafs- oder Ziegenkäse oder geräucherte Forelle.

Eine andere Variation: Geben Sie zum Salat eine Handvoll kleingeschnittene, getrocknete Tomaten, frisches Basilikum und das noch lauwarmer Fleisch eines Brathähnchens, verfeinern Sie alles mit Parmesankäse.

Wenn Sie statt Olivenöl Kürbiskernöl verwenden und statt Honig Beerenmarmelade, passt diese Variante gut zu Feldsalat mit gebratenem Schinken.

Das Dressing hält sich in einem verschlossenen Gefäß 1 – 2 Wochen im Kühlschrank.

Guten Appetit wünscht Ihr SpeziMED - Team!