

KW 48 / 2021

Adventsalat



Zutaten: (Für 4 Portionen)

200 g Feldsalat, 200 g Radicchio, 1 Orange, 1 roter Apfel, 1 Granatapfel, 100 g Walnüsse mit Schale (oder ca. 50 g ohne Schale), 1 Schalotte, 4 EL Olivenöl, 2 EL Weißweinessig (alternativ Himbeer- oder Granatapfelessig), 1 TL Honig, (alternativ Himbeer-Fruchtaufstrich oder Preiselbeer-Konfitüre), ½ TL mittelscharfer Senf (oder Dijon-Senf), Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Feldsalat waschen und putzen. Radicchio vierteln, waschen und längs in 3 cm breite Streifen schneiden. Die Orange filetieren: das geht ganz einfach, wenn man unten am „Südpol“ der Orange ein Stück abschneidet, so dass man sie gut aufstellen kann. Nun schält man mit einem scharfen (!) Messer vom „Nordpol“ über den Äquator zum Südpol hin die Schale bis auf das Fruchtfleisch ab. Jetzt können die einzelnen Filets ganz einfach herausgeschnitten werden. Saft dabei auffangen. Den Apfel mit einem Apfelnuker vom Kerngehäuse befreien, längs in Scheiben schneiden und mit einem Plätzchen-Ausstecher Sterne oder Herzen ausstechen, alternativ vierteln und in feine Scheiben schneiden. Den Granatapfel aufschneiden und die Kerne herauslösen, dabei die weiße Haut gründlich entfernen, sie schmeckt bitter. Walnüsse knacken und grob hacken. Die Schalotte schälen, längs vierteln und in feine Scheiben schneiden. Aus dem aufgefangenen Orangensaft, Öl, Essig, Honig, Senf, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette anrühren. Feldsalat und Radicchio auf einem Teller mit Orangenfilets und Apfelsternen oder -herzen hübsch anrichten, Granatapfelkerne, Walnüsse und Schalotte darauf verteilen und mit der Vinaigrette beträufeln. Tipp: Dazu reicht man z.B. in Butter angeröstete Baguette-Scheiben. Der Salat schmeckt auch hervorragend mit Ziegenkäse oder Back-Camembert.

**Wir wünschen einen guten Appetit
Ihr Team vom Gärtnerhof Callenberg**

Gärtnerhof Callenberg, Callenberg 12a, 96450 Coburg

Inh.: Dietrich und Friederike Pax

Tel.: 09561/62623, Fax: 09561/235777, Mail: bestellung@gaertnerhof-callenberg.de

D-037 Öko-Kontrollstelle Ust.-Nr. DE 224708876

www.gaertnerhof-callenberg.de

Bankverbindung: GLS Bochum IBAN DE45 430609676007291100 BIC GENODEM1GLS

KW 48 / 2021

Feldsalataufstrich

Zutaten: (Für 4 Personen)

100 g Feldsalat, 1 Knoblauchzehe, 2 EL Sonnenblumenkerne, 1 EL Olivenöl, 250 g Frischkäse, 50 g Crème fraîche, Salz, Pfeffer aus der Mühle, Zitronensaft

Zubereitung:

Den Feldsalat waschen, verlesen und trocken schütteln. Den Knoblauch abziehen und hacken. Die Sonnenblumenkerne in einer heißen Pfanne ohne Zugabe von Fett anrösten, herausnehmen, abkühlen lassen und mit dem Feldsalat, dem Knoblauch und dem Öl in einem Mixer fein pürieren. Den Frischkäse und die Crème fraîche zugeben untermixen und mit Salz, Pfeffer und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken. Zu frischem Vollkornbrot servieren.

Feldsalat mit gebackenem Radicchio, Putenbrust und lauwarmem Kartoffeldressing

Zutaten: (Für 4 Portionen)

500 g geputzter und gewaschener Feldsalat, 1 Radicchio, 2 Eier, 100 g Semmelbrösel, 4 EL Mehl, Kokosfett zum Frittieren, Putenbrust (ca. 400 g), 2 EL Ghee/Butterschmalz

Dressing:

2 gekochte Kartoffeln (warm), 1 EL Senf, 50 ml Weißweinessig, 20 ml Himbeeressig, 2 Schalotten fein gewürfelt, 100 ml Distelöl, 50 ml Olivenöl, Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Zubereitung:

Radicchio vierteln, Strunk entfernen, in lauwarmes, gesalzenes Wasser einlegen (ca. 10 Minuten). Abtrocknen, salzen, pfeffern, mit Mehl, Ei, Semmelbröseln panieren und in Fett goldgelb ausbacken. Die Putenbrust salzen und pfeffern, in der Pfanne scharf anbraten. Bei ca. 160 °C Umluft 10 Minuten in den vorgeheizten Backofen stellen. Nach der Hälfte der Zeit mit Honig einstreichen. Aus dem Ofen nehmen und noch ungefähr 5 Minuten abgedeckt ruhen lassen. In feine Streifen schneiden. Senf, Essig, angeschwitzte Schalotten verrühren, Öl langsam dazugeben. Die heißen Kartoffeln durch eine Presse drücken und mit dem Dressing vermengen. Mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss abschmecken und mit Feldsalat mischen.



**Wir wünschen einen guten Appetit und ein schönes 1. Advent!
Ihr Team vom Gärtnerhof Callenberg**

Gärtnerhof Callenberg, Callenberg 12a, 96450 Coburg

Inh.: Dietrich und Friederike Pax

Tel.: 09561/62623, Fax: 09561/235777, Mail: bestellung@gaertnerhof-callenberg.de

D-037 Öko-Kontrollstelle Ust.-Nr. DE 224708876

www.gaertnerhof-callenberg.de

Bankverbindung: GLS Bochum IBAN DE45 430609676007291100 BIC GENODEM1GLS