



Lebendiges Land
Ökologische Produkte

Rezept der Woche KW 44 | 2023

Endiviensalat mit Clementine und Apfel

für 4 Personen

Zutaten

- 1 mittelgroßer Endiviensalat
- 3 Clementinen
- 1 Apfel (z. B. Elstar)
- 1 Stück Lauch (nur das Weiße, ca. 5 cm)
- Saft von ½ Zitrone
- 6 EL neutrales Öl (z. B. Rapsöl)
- 1 EL Mayonnaise
- 2 EL griechischer Joghurt (10 % Fett)
- 1 TL Currypulver
- Salz, Pfeffer

Zubereitung

Für das Dressing Zitronensaft, Öl, Mayonnaise, Joghurt und Curry in einer großen Salatschüssel verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Für den Salat vom Endiviensalat den Wurzelansatz und die äußeren Blätter entfernen, den Salatkopf halbieren. Die Blätter waschen und ablösen, trocken schleudern und in feine Streifen schneiden. Die Clementinen schälen, in Spalten teilen und klein schneiden. Apfel waschen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Die Viertel erst in Achtel, dann quer in dünne Scheiben schneiden. Lauch putzen, gründlich waschen und quer in sehr feine Scheiben schneiden. Endiviensalat, Mandarinen und Apfel mit dem Dressing mischen. Den Salat auf kleine Schalen oder Teller verteilen und mit Lauch bestreuen.