Kasseler-Salat

Salate

Zutaten (4 Personen)

» 4 Pfirsich(e)
» 1 Zucchini
» 4 Artischockenherzen
» 50g paprikagefüllte Oliven
» 200g Kasseler
» 100g Frischkäse (leicht)
» 2 EL Curry
» Salz
» 1/2 Bd. Thymian
» 1 TL Rosa Beeren

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
bis 30min

Zubereitung

1. Pfirsiche in kochendem Wasser 3-4min blanchieren. Eiskalt abschrecken und die Haut abziehen. Pfirsiche halbieren, den Stein entfernen und zwei Pfirsiche in Spalten schneiden.

2. Zucchini putzen, waschen, in Scheiben schneiden. Artischocken vierteln, Oliven in Scheiben schneiden. Mit Kasseler-Aufschnitt anrichten.

3. Den Frischkäse mit dem dritten Pfirsich pürieren und mit Curry und Salz würzen. Den letzten Pfirsich hacken und unterheben, die Soße auf dem Salat verteilen. Thymian waschen, die Blättchen abzupfen und mit Rosa Beeren über den Salat streuen.

Nährwerte: 237kcal/E14g/F16g/KH8g pro Portion

angelegt am: 11.06.2006 Rezept-Nr: 2042

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke