

Chicorée-Orangen-Salat mit Walnüssen

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

- 500 g Chicorée (ca. 4 Stück)
- 2 Orangen
- 1 EL Honig
- 3 EL weißer Balsamessig
- 4 EL Walnussöl
- Salz
- 40 g Walnuskerne
- frische Petersilie

Zubereitung:

Chicorée waschen, putzen, längshalbieren und den Strunk keilförmig herausschneiden. Blätter klein schneiden. Orangen schälen und Filets herausschneiden. Dabei den Saft auffangen und das restliche Fruchtfleisch ausdrücken.

Orangensaft mit Honig, Essig und Öl verrühren. Mit Salz abschmecken. Walnüsse grob hacken. Petersilie waschen und trocken schütteln.

Orangenfilets mit Chicorée und Dressing vermengen. Salat mit Walnüssen und Petersilie bestreut servieren.