

Schwarzwurzelsalat mit Orangen

1 rote Zwiebel
1 kg Schwarzwurzeln
3 EL Weinessig
3 EL Sonnenblumenöl
2 Orangen
2 Zweige Minze
1 Bund Schnittlauch
1 Prise Muskatblüte
Salz/Pfeffer

Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden. Schwarzwurzeln waschen, schälen, in 2 cm breite Scheiben schneiden und in mit 1 EL Essig versetztes Wasser legen.

In einem Wok oder einer Pfanne 1 EL Öl erhitzen und die Schwarzwurzeln darin 3 Min. braten. (kann auch etwas länger sein). Die Zwiebeln zugeben und glasig braten. Mit dem restlichen Essig ablöschen, abkühlen lassen.

Orangen schälen, in Filets schneiden, Saft auffangen. Kräuter waschen, trocknen und getrennt klein schneiden. Orangen, Minze und das übrige Öl unter die Schwarzwurzeln mischen. Den Salat mit Orangensaft, Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken, 1 Stunde marinieren lassen. Mit Schnittlauch garniert servieren.

(ergibt 4 Portionen)