



Kürbissalat mit Honig-Vinaigrette

Zutaten (4 Personen):

- 500 g Kürbisfleisch
- 200 g Champignons
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Olivenöl
- 200 g Feldsalat
- 1 EL Honig
- 4 EL Distelöl oder Sonnenblumenöl
- Salz & Pfeffer
- 1 Zwiebel
- 50 g Walnuskerne
- 4 EL Balsamicoessig



Zubereitung:

Kürbisfleisch zuerst in Würfel und dann in Scheiben schneiden. Champignons putzen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Knoblauch schälen und fein würfeln.

In einer beschichteten Pfanne das Olivenöl erhitzen und das Gemüse darin anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und etwa 5 Minuten dünsten, bis der Kürbis bissfest ist. Dies dann beiseite stellen.

Den Feldsalat putzen, waschen und trocken schleudern. Die Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden.

Essig zuerst mit Honig, Salz und Pfeffer verrühren, dann das Öl dazugeben. Walnüsse grob hacken.

Gemüse, Feldsalat und Zwiebeln mit der Vinaigrette vermischen und mit den Walnüssen bestreuen.

Guten Appetit!