

Fiorella di Tomino-Salat mit getrockneten Aprikosen, Rucola, Zwiebeln und Nüssen

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

200 g **Fiorella di Tomino**
200 g getrocknete Aprikosen
150 g Mix Salat
50 g Walnüsse
½ rote Zwiebel
4 EL Olivenöl
2 EL Weißweinessig
1 TL Honig
1 TL Senf
Salz, Pfeffer



ZUBEREITUNG:

1. Zunächst den Backofen auf 180°C (Umluft 160°C) vorheizen. Die Walnüsse auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech gleichmäßig verteilen. Die Walnüsse etwa 10 Min. rösten. Wenn Sie leicht gebräunt sind, das Backblech aus dem Ofen nehmen und die Nüsse abkühlen lassen. Danach die Walnüsse grob hacken.
2. Die getrockneten Aprikosen halbieren und die Zwiebeln in Streifen schneiden.
3. Inzwischen den Mix Salat waschen und trocknen.
4. Für das Vinaigrette Olivenöl, Weißweinessig, Honig und Senf verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen.
5. Fiorella di Tomino in Würfel schneiden. Mix Salat mit Fiorella di Tomino, Aprikosen, Zwiebel anrichten, mit Dressing beträufeln und Walnüsse darüberstreuen.

ZUBEREITUNGSZEIT:

ca. 30 Minuten.

Pro Portion ca. kcal 537, kJ 2245, Eiweiß 12 g, Fett 34 g, Kohlenhydrate 29 g