

NOVUM- Rezeptvorschlag



Löwenzahnsalat mit Speck

Zutaten:

200 g junge Löwenzahnblätter
100 g durchwachsener Speck
1 Apfel
3 – 4 EL Essig
3 – 4 EL Apfelsaft
½ Zwiebel in Ringe geschnitten
Salz, Pfeffer

Löwenzahnblätter pflücken, waschen. Wenn der Salat zu bitter ist, kann man ihn 10 Minuten in Salzwasser legen oder man entfernt die Blattspitzen und den Rosettengrund. Diese sind am bittersten.

Apfel in kleine Stücke schneiden.

Aus Essig, Apfelsaft, Salz und Pfeffer eine Marinade herstellen und zu den Blättern geben.

Speck würfeln und in einer Pfanne auslassen bis er leicht braun wird. Den Speck mit dem Fett über den Salat gießen.

Zum Schluss mit Zwiebelringen garnieren.

Guten Appetit!