

Kochen mit Klaus

Leicht & Lecker!

Feldsalat mit Aprikosen-Joghurt-Dressing

Zutaten: (Beilage für 3-4 Personen)

- 1 kleine rote Zwiebel, 5-6 Radieschen, 150 g Feldsalat, 150 g Joghurt
- Salz, Pfeffer, 1 EL Olivenöl, 2 EL Aprikosenkonfitüre light,
- 20 g geh. Haselnüsse, 1-2 EL TK-Italienische Kräuter (Aldi),
- 1 EL ganze Haselnüsse

Zubereitung:

1. Zwiebel abziehen, ein paar Ringe zur Garnierung abschneiden, den Rest fein würfeln. Radieschen putzen, waschen u. in Scheiben schneiden. Feldsalat putzen, waschen u. trockenschütteln.



2. Joghurt, Olivenöl, Konfitüre, Zwiebelwürfel u. Kräuter vermischen. Mit Salz u. Pfeffer abschmecken.



3. Gehackte Haselnüsse in einer beschichteten Pfanne ohne Fett anrösten. Dann sofort heiß in das Dressing geben. Vermischen u. darin 30 Min. kühl ziehen lassen.



4. Dressing gründlich mit dem Feldsalat u. Radieschen vermischen. Mit Zwiebelringen u. ganzen Nüssen garniert sofort servieren.

Tipp des Chaoten: Zu Spaghetti Italia reichen!

