

Kochen mit Klaus

Eisberg-Käse-Salat mit Joghurt-Senfdressing

Zutaten: (Beilage für 4 Personen)

- 1 rote Zwiebel, ½ Kopf Eisbergsalat, 2 Möhren, 200 g Champignons,
- 10 Cocktailtomaten, 200 g Emmentaler, 150 g Joghurt 3,5%, Pfeffer,
- 2 EL Zitronensaft, 2 EL Senf, flüssiger Süßstoff, 2 EL Schnittlauch,
- Salz, 4 EL Walnussöl, 2 EL Wasser, 50 g Walnüsse, Rettichsprossen

Zubereitung:

1. Zwiebel abziehen, ein paar Ringe zur Garnierung schneiden, Rest fein würfeln. Salat putzen, Strunk entfernen, in mittlere Quadrate schneiden, waschen u. gut ausschleudern. Tomaten waschen u. halbieren. Pilze putzen u. in Scheiben schneiden. Möhren schälen u. raspeln. Käse in Würfel schneiden.



2. Joghurt mit Zitronensaft u. Senf in einer Schüssel verrühren. Walnussöl kräftig unterschlagen, Wasser, Zwiebelwürfel u. Schnittlauch unterheben. Mit Salz, Pfeffer u. flüssigem Süßstoff abschmecken.



3. Walnüsse hacken u. ohne Fett in einer Pfanne anrösten. Eisbergsalat, Möhren, Tomaten, Pilze u. Käse in eine große Schüssel geben, Dressing u. Nüsse unterheben, mit Rettichsprossen, Zwiebelringen u. halben Walnüssen garnieren.



Tipp des Chaoten: *Ideal als Beilage zum Grillen!*



Erstellt von Klaus am 29.04.2011