



Anitpasti Pflück Salat

Das brauchst du dafür:

Pesto :

- 2 TL Toskana / 4 TL Wasser verrühren und 5 Min. quellen lassen – anschließend mit 3 EL Basilikum Öl verrühren
- 1/2 Packung Pflücksalat
- 1 EL Griechisches Olivenöl
- 1 TL Dunkel Tomaten Creme
- 1/2 TL Italienisches Genuss Salz
- 1 rote Paprika
- 1 kleine Zucchini
- 1 Hand voll Champignons
- 1 Prise Italienisches Genuss Salz
- 1 EL Griechisches Olivenöl
- 1 EL Dunkel Tomaten Creme
- 1 Burrata
- 1 EL Pinienkerne

So wird's gemacht:

- Pesto herstellen.
- Pflücksalat in eine Schüssel geben.
- Dressing aus Öl, Essig, Italienischen Genuss Salz über den Salat geben und alle Zutaten gut vermischen.
- Paprika und Zucchini waschen und in kleine Stücke schneiden.
- Champignons putzen.
- Pfanne erhitzen und anschließend Paprika, Zucchini und eine Prise Italienisches Genuss Salz in Olivenöl 5 Minuten scharf anbraten. Während der 5 Minuten das Gemüse gelegentlich umrühren, damit es nicht anbrennt.
- Paprika-Zucchini-Mischung auf den Pflücksalat geben.
- Champignons in der gleichen Pfanne ebenfalls scharf anbraten. Nach circa 3 Minuten mit der Essigzubereitung ablöschen und noch ein paar weitere Minuten braten.
- In der kleinen gusseisernen Pfanne die Pinienkerne bei geringer Hitze 3-5 Minuten leicht bräunen und anschließend auf dem Salat verteilen.
- Zum Schluss den Burrata und das Pesto als Topping auf den Salat geben.