Shaker-Salat

Nicht nur Cocktails können im Shaker zubereitet werden, in diesem Rezept wird auch das Dressing für den Shaker-Salat kräftig geschüttelt.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 30 min

Gesamtzeit: 30 min

Foto: Chris Schaer

Zutaten

Für den Salat

1 Stk.	Brokkoli Rose
1 Dose	Schwarzwurzeln
4 Stk.	Orangen
50 g	Rucola
1 Kopf	Radicchio
150 g	Eisbergsalat

Für das Dressing

1 Handvoll	Nüsse (Macadamia)
2 EL	Aceto Balsamico
2 EL	Orangensaft
4 EL	Nussöl
1 Prise	Pfeffer

Zubereitung

1. Für den Shaker-Salat den Brokkoli in Röschen teilen. Die Orangen schälen und filetieren. Den Rucola, Radicchio und Eisbergsalat putzen, waschen und in mundgerechte Stücke zupfen. Mischen und auf Tellern anrichten.

2. Salzwasser in einem Topf erhitzen und den Brokkoli und die Schwarzwurzeln darin kurz blanchieren. Abgießen, kurz in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Auf dem Salat verteilen und mit Orangen garnieren.

3. Macadamianüsse zerkleinern und mit dem Balsamico-Essig, Orangensaft, Nussöl und Pfeffer in einen Shaker füllen. Alles gut durchschütteln und vor dem Servieren als Dressing gleichmäßig über dem Salat verteilen.

Tipp

Zum Shaker-Salat schmeckt ein knuspriges Baguette.