Winterliche Salatsauce

Einmal pro Tag gibt es bei uns in der Regel einen Salat. Dabei wähle ich Salate, die regional und saisonal käuflich sind. Am liebsten nehme ich Salat aus dem eigenen Garten. Die Salatsauce passe ich oft auch der Jahreszeit an. Meine winterliche Salat-Sauce passt gut zu Nüsslisalat und Kopfsalat, der Ende des Winters meistens schon zu haben ist, wie auch zu bitteren Salaten wie Chicorée und Endivie. Bittere Salate lege ich ca. 10 Minuten in warmes Wasser ein, damit sie etwas an Bitterkeit verlieren. Zur Sauce gebe ich für die bitteren Salate 1 Teelöffel Ketchup bei.

Zutaten:

- 0.5 dl Sonnenblumenöl
- 2 Esslöffel Apfelessig
- 1 Teelöffel (gehäuft) Senf
- 1 Teelöffel weisses Mandelmus
- je nach Salat 1 Teelöffel Ketschup
- 1 kleine Schalotte
- 1 Kaffeelöffel Salatkräuter
- Prise Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Die Schalotte klein schneiden.

Alle Zutaten gut vermischen.

Mit Salz abschmecken.

Geröstete Sonnenblumenkerne, geröstete Nüsse, gedünsteten Pilze oder Croutons geben dem Salat noch eine besondere Note.

Dieser Artikel wurde am 19.02.2016 veröffentlicht.