

Salat „Petri“

Zutaten:

1	große Räucherforelle
300 g	Blattsalate (Feldsalat, Spinat, Mangold)
50 g	Pinienkerne
2	Avocado
2	Granny Smith-Äpfel
½	Zitrone (Bio)
150 g	Crème fraîche
2 TL	Meerrettich
1 TL	mittelscharfer Senf
3 EL	Ananassaft
2 EL	weißer Balsamico
2 EL	Sonnenblumenöl
1 EL	Kürbiskernöl

Rezept von
Tupperware-Partymanager
Wolfgang Lucht
Im Brander Feld 38
52078 Aachen
0241-51 56 69 28
www.frischhalten-in-aachen.de

Salat-Karussell, Universalmesser, Shakelt, Küchenperle, Clarissa

1. Die Räucherforelle mit einem Löffel von Haut und Gräten befreien und in grobe Stücke brechen.
2. Den Salat waschen und im Salat-Karussell trockenschleudern.
3. Pinienkerne in der Pfanne anrösten, bis sie leicht braun werden.
4. Äpfel waschen und in Stifte oder Spalten schneiden.
5. Avocado halbieren, vom Kern befreien und schälen.
6. Die Avocado in Scheiben schneiden.
7. Die Zitronenschale mit der Küchenperle abreiben.
8. Anschließend die Zitrone in der Küchenperle pressen.
9. Äpfel und Avocado in die Clarissa geben und den Zitronensaft und -abrieb dazu geben.
10. Clarissa dicht verschließen und einmal gut aber nicht zu kräftig schütteln, damit der Zitronensaft sich auf den Oberflächen verteilt.
11. Die restlichen Zutaten in den Shakelt geben und gut schütteln.
12. Blattsalate auf eine Platte geben und die Äpfel und Avocados darauf verteilen.
13. Den restlichen Zitronensaft in den Shakelt geben und noch mal schütteln.
14. Dann das Dressing mit Pfeffer und Salz und ggf. etwas Zucker abschmecken.
15. Das Dressing über den Salat geben.
16. Die Forellenfilets auf dem Salat verteilen und zum Schluss die Pinienkerne darüber streuen und sofort servieren.

Dazu passt: Brot, Pellkartoffeln

Tipps:

- Die Forellenkarkasse mit Wasser auskochen, dann habt ihr einen wunderbaren Räucherfisch-Font