

UNSER



REZEPT

DER WOCHE

SALAT MIT GEBRATENEN RADIESCHEN

Zutaten

Ca. 15 Radieschen
1 Salat
1 große Avocado
1 EL Zitronensaft
3 EL Olivenöl
1 EL Kokosöl (flüssig)
2 EL frische Kräuter, gehackt
2 EL Sesam
1 TL grobes Meersalz

Zubereitung

1. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Die Radieschen halbieren, auf ein Backblech legen und mit Kokosöl beträufeln. Im Ofen etwa 20-25 Minuten braten.
2. In der Zwischenzeit die Salatblätter schneiden, waschen und anschließend schleudern. Beiseitestellen und das Avocadofleisch in kleine Würfel schneiden.
3. Aus dem Olivenöl und dem Zitronensaft eine Vinaigrette herstellen, nach Geschmack mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Die Sesamsaaten in einer Pfanne ohne Öl anrösten, bis sie anfängt zu duften. Anschließend mit dem groben Meersalz in einen Mörser geben und eine grobe Mischung herstellen.
5. Salat anrichten und mit Avocado, Kräutern, gebratenen Radieschen und Sesamsalz bestreuen und servieren.

Guten Appetit!