

Babyspinat-Salat mit Bündnerfleisch und Fenchel-Shot

Zutaten (für 3 Personen):

- 100 g Babyspinat
- 100 g Büffel-Mozzarella
- 100 g Bündnerfleisch
- 25 g Pinienkerne
- 1 EL Senf
- 50 ml Rotwein-Essig
- 1 EL Honig
- 6 EL Olivenöl
- 3 EL dunkler Balsamico
- Salz
- Pfeffer
- 1 Bund Basilikum
- 1 Fenchel
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- etwas Currypulver
- etwas Kurkuma
- 50 ml Wermut
- 500 ml Gemüsebrühe
- 100 ml Kokosmilch
- 0,5 Zitrone
- Cayenne-Pfeffer

Babyspinat waschen. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl anrösten. Mozzarella in kleine Stücke teilen. Bündnerfleisch in Stücke schneiden. Basilikum-Blätter in Streifen schneiden. Essig, Balsamico, Olivenöl, Senf, Honig, Salz und Pfeffer zu einem Dressing verrühren. Kurz vor dem Anrichten den Spinat mit Basilikum, Bündnerfleisch-Stücken und dem Dressing vermengen.

Frühlingszwiebeln und Fenchel putzen und klein schneiden, in Olivenöl anschwitzen, Curry und Kurkuma hinzufügen und mit Wermut ablöschen. Mit Brühe aufgießen und 10 Minuten köcheln lassen. Anschließend alles in einen Standmixer füllen und fein pürieren. Kokosmilch dazugeben und mit Zitronensaft, Salz und Cayenne-Pfeffer abschmecken.

Zum Anrichten den Salat jeweils in Schüsseln füllen. Büffel-Mozzarella daraufgeben und Pinienkerne darüber streuen. Mit Salz und Pfeffer nachwürzen. Den Fenchel-Shot im Glas daneben anrichten.

Sendung/Quelle: Familien-Kochduell

Sendetermin: 06.07.2022

Koch/Köchin: Andi Ritsch

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen