



Zutaten

1 Rotkohl
Salz
Rohrohrzucker
2 EL Balsamico dunkel
1 TL Senf grobkörnig
1 TL Dattelsirup
6 EL Olivenöl
Pfeffer

150 g Feldsalat
1 Granatapfel
250 g Walnüsse
1 – 2 EL Rohrohrzucker
2 Orangen
½ rote Zwiebel
1 EL Honig
1 TL Dijonsenf
2 EL Himbeeressig
1 EL Orangensaft
8 EL Olivenöl

Optional:
2 Äpfel
Zimt

Winterlicher Feldsalatkranz mit Orangen und Walnuss

Die äußeren Blätter vom Rotkohl gegebenenfalls entfernen. Den Rotkohl vierteln, den Strunk entfernen, in feine Streifen schneiden und in eine Schüssel geben. Mit Salz, Zucker würzen und alles gut miteinander verkneten, sodass der Rotkohl weicher wird. Für ca. 30 Minuten ziehen lassen, nochmals gut durchkneten. Anschließend den Rotkohl etwas ausdrücken. Balsamico, Senf, Dattelsirup miteinander verrühren, langsam das Öl hineinlaufen lassen und mit Salz, Pfeffer abschmecken. Den Rotkohl mit dem Dressing marinieren. Feldsalat putzen, waschen und mit einer Salatschleuder trockenschleudern. Mit der Anleitung aus KW42 / 2022 die Kerne aus dem Granatapfel heraustrennen. Walnüsse knacken und vorsichtig die Kerne herausnehmen. Zucker zusammen mit den Walnüssen in einer Pfanne langsam karamellisieren, anschließend auf ein mit Backpapier belegten Teller geben, auskühlen lassen und bei Bedarf grob hacken. Orangen schälen, die Filets herausschneiden und den Saft auffangen. Zwiebel schälen, in grobe Würfel schneiden und zusammen mit Honig, Senf, Himbeeressig, Orangensaft in einem hohen Gefäß pürieren. Das Öl, unter ständigem Mixen, langsam hineinlaufen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den marinierten Rotkohl in die Mitte eines großen Tellers / Servierplatte geben, den Feldsalat kreisförmig drumherum legen. Das Dressing über den Feldsalat geben und mit Granatapfelkernen, Orangenfilets, den Walnüssen garnieren. Zusammen mit frischem Walnuss Ciabatta servieren. Frische, winterliche, leckere Vorspeise für die kommenden Feiertage 😊.

Info: Der Rotkohlsalat kann zusätzlich noch mit Apfelwürfel und etwas Zimt verfeinert werden.

Zutaten

200g Champignons
200 g Kräuterseitlinge
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
½ Bund Petersilie
2 EL Brat- und Backöl
50 ml Weißwein
150 ml Gemüsebrühe
200 ml Sahne
½ TL Thymian getr.
½ TL Oregano
Salz & Pfeffer
2 Pck. Spätzle frisch
500g
Sojasauce

Gebratene Spätzle mit Pilzragout

Champignons putzen, je nach Größe halbieren oder vierteln. Kräuterseitlinge putzen und in Würfel schneiden. Zwiebel schälen und in Streifen schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Petersilie waschen trocken schütteln und fein hacken. Öl in einer Pfanne erhitzen, bei mittlerer Hitze die Zwiebelstreifen darin andünsten. Pilze, Knoblauch hinzugeben und für ca. 2 Minuten mitbraten. Ablöschen mit Weißwein, anschließend mit Gemüsebrühe und Sahne aufgießen und für ca. 5 Minuten köcheln lassen. Würzen mit Thymian, Oregano, Salz und Pfeffer. In der Zwischenzeit die Spätzle in einer anderen Pfanne in etwas Öl anbraten. Das Pilzragout mit ein wenig Sojasauce, Salz, Pfeffer abschmecken und eventuell mit etwas angerührter Speisestärke abbinden. Spätzle mit dem Pilzragout anrichten, mit Petersilie bestreuen und servieren. Schnelles, einfaches, leckeres Gericht für die oftmals stressigere Weihnachtszeit.

