

Zutaten für 4 Personen

ca. 600g Salat

Mischen Sie kräftige Salatsorten wie etwa Rucola oder Endivien mit aromatischen Wildkräutern.

Möglich sind, je nach Saison, etwa Brunnenkresse, Kapuzinerkresse, Löwenzahn, Rucola, Sauerampfer, Giersch, Löwenzahn, Pimpinelle.

Auch saisonale Früchte (Sanddorn, Erd- oder Johannisbeeren) und Samen (Sonnenblumen-, Pinien- oder Cashewkerne) sind eine gute Ergänzung.

Grundrezept Vinaigrette

3 EL Balsamessig /Apfelessig /Limettensaft

1 TL Honig

2 TL Senf

5 EL Olivenöl /Rapsöl

Essig, Honig und Senf in einer Schüssel mischen. Das Öl in einem dünnen Strahl dazu gießen und unterrühren.

Tipp: Frische Kräuter oder ein wenig geriebene Zitronenschale geben der Vinaigrette eine besondere Note.

Weintipp: Ein fruchtiger, gut gekühlter Rosé, zum Beispiel ein Roche-Audran, von der Südlichen Rhone mit mineralischer Frische und saftiger Frucht ist ein wunderbarer Begleiter zum WildkräuterSalat mit süßsauerscharfer Vinaigrette.