

Winzer-Rezepte aus Übersee

Louis le Sueur empfiehlt:

Strawberry Mango Salad

& Wildcard Merlot

Zutaten für 4 Personen

200 g Salat (gemischt)
1 reife Mango
150 g Erdbeeren
1 kleine, rote Zwiebel
50 g Fetakäse
2 EL Sonnenblumenkerne
1 TL flüssiger Honig
1 TL Dijonsenf
3 EL Sonnenblumenöl
2 EL Limettensaft
1 TL Dijonsenf
1 TL flüssiger Honig
Salz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle



Zubereitung

Salatblätter waschen, trockenschleudern und in Stücke rupfen. Erdbeeren putzen und in Scheiben schneiden. Mango schälen und in 1 cm breite Würfel schneiden. Rote Zwiebel schälen und in dünne, halbe Ringe schneiden. Alle Zutaten in eine große Schüssel geben und vermengen. Zerkrümelten Fetakäse sowie die Hälfte der Sonnenblumenkerne unterheben.

Für das Dressing 3 EL Sonnenblumenöl mit 2 EL Limettensaft verquirlen, 1 TL Dijonsenf sowie 1 TL flüssigen Honig dazugeben und alles gut verrühren, bis das Dressing sämig wird. Zum Schluss das Dressing mit Salz und schwarzem Pfeffer aus der Mühle abschmecken.

Dressing über dem Salat verteilen und die restlichen Sonnenblumenkerne über den Salat streuen. Dazu knusprig gebackenes Weißbrot.

Zu dieser Vitaminbombe genießt Louis sogar einen Rotwein, den weichen Wildcard Merlot.

Den Wein zum Rezept erhalten Sie auf www.vinovossum.de