

Kichererbsen-Salat | Granatapfel | Walnuss | Hüttenkäse | Orangenreduktion

Dauer: 35 min
Schwierigkeit: Mittel
Zusatzinfos: Vegetarisch

Rezept für 4 Personen:

Equipment:

1 Topf

Gewürze und Zutaten:

1 L Orangensaft
2 Granatäpfel
1 Bund krause Petersilie, gewaschen
1 Dose Kichererbsen (240 G abgetropft)
50 G Granatapfelsaft
70 G Walnüsse, grob gehackt
1 Bund glatte Petersilie
30 ml Olivenöl
80 G Oliven, ohne Stein, grob gehackt
6 G Salz
10 G Estragonessig
15 G Orangenpfeffer
2 Chicorée oder Romanasalatherzen
200 G Hüttenkäse

Zubereitung

- 1 Zunächst den Orangensaft in einem Topf auf ca. 50 ml einkochen, bis er leicht dickflüssig ist. Im Anschluss zur Seite stellen.
- 2 Die Granatäpfel quer halbieren und mit der Rückseite eines Löffels die Kerne aus dem Gehäuse klopfen. Das funktioniert am besten, wenn man mit der Schnittseite nach unten mit dem Löffel von oben auf die Außenseite klopft. Am besten in eine große Schüssel und tief halten, es spritzt etwas!
- 3 Danach vorsichtig die feinen Hautreste aus den Granatkernen entfernen. Die Petersilie hacken und zugeben, sowie alle anderen Zutaten bis auf den Hüttenkäse und die Orangenreduktion.
- 4 Nun den Salat grob schneiden und mit dem Kichererbsensalat anrichten. Den Hüttenkäse mit einem Löffel außen platzieren und mit der Orangenreduktion den Salat noch einmal kräftig marinieren!

