

Portulak-Salat mit Fenchel | Kürbis | Topinambur | Vanille-Limetten-Vinaigrette

Dauer: 40 min
Schwierigkeit: Leicht
Zusatzinfos: Vegetarisch

Rezept für 4 Personen:

Equipment:

1 große Grillpfanne oder beschichtete Pfanne
1 Glas mit Schraubverschluss
optional 1 Schneebesens

Gewürze & Zutaten:

1 kleiner Hokkaido-Kürbis, gewaschen
150 G Topinambur, geschält
1 Fenchelknolle
80 G Portulak (oder Feldsalat), gewaschen

Gewürze & Zutaten FÜR DAS DRESSING:

1 Vanilleschote
2 TL Limettensaft
1 TL Senf
1 EL Honig
40 G Traubenkernöl (oder Rapsöl)
1 Prise Salz

Zubereitung

- 1 Den Kürbis halbieren und das Kerngehäuse entfernen. In ca. 0,5 cm große Stücke schneiden.
- 2 Eine große Grill- oder beschichtete Pfanne auf mittlere Hitze bringen und den Kürbis mit etwas Öl einlegen. 5 – 10 Minuten anbraten, dabei schwenken.

Inzwischen den Topinambur in etwa 3 mm dicke Scheiben schneiden und ebenfalls in die Pfanne legen. Auch den Fenchel in etwa 3-4 mm dicke Scheiben schneiden und alles langsam schmoren. Leicht Farbe geben und auf die Temperatur achten. Dabei gelegentlich wenden. Das dauert etwa 15 Minuten. Das Gemüse soll noch etwas Biss haben.
- 3
- 4 Alles leicht salzen und in der Pfanne beiseitestellen und nachziehen lassen.
- 5 Für das Dressing alle Zutaten in ein kleines Glas mit Schraubverschluss geben, zudrehen, kräftig durchschütteln und noch einmal abschmecken. Alternativ mit einem Schneebesens anrühren.

6 Den Salat mit dem lauwarmen Gemüse anrichten und mit dem Dressing übergießen.