

Frühlingsalat mit karamellisierten Champignons

Zutaten für 4 Personen

- * 100 g Schoten
- * 2 Frühlingszwiebeln
- * 8 Erdbeeren (2 zum dekorieren halbiert übrig lassen)
- * 2 Romanaherzen oder anderer Salat
- * 8 Kirschtomaten
- * 200 g Champignons
- * 1 Knoblauchzehe
- * brauner Zucker
- * 200 ml Olivenöl
- * Balsamico Essig
- * 1 EL Senf
- * Salz und Pfeffer aus der Mühle
- * etwas Zucker oder Honig
- * ggf. etwas Chili gemahlen

Zubereitung

1. Braunen Zucker in eine Pfanne geben, soviel, dass der Boden bedeckt ist und auf dem Seitenbrenner des Grills langsam schmelzen lassen.
2. Die Champignons vierteln. Die Knoblauchzehe mit dem Handballen aufstoßen. Wenn der Zucker flüssig ist, die Champignons und die Knoblauchzehe hinein geben. Ab und zu rühren. Mit 3 EL Olivenöl beträufeln. Und weiter rühren, bis die Champignons eine braune Farbe haben.
3. Die restlichen Zutaten in beliebige Stücke kleinschneiden und in eine Schüssel geben.
4. Das Dressing zubereiten. Dafür Öl, Balsamicoessig, Salz, Pfeffer, Chili, Zitronenabrieb, Senf in einen Mixbehälter geben und gründlich schütteln oder mixen. Mit Zucker oder Honig nach Belieben abschmecken.
5. Den Salat auf einem Teller anrichten, die karamellisierten Champignons darüber verteilen. Mit Dressing übergießen. Fertig.

Guten Appetit!

