

Zwetschgensalat mit gebratenem Gruyère AOP

(4 Personen)

125 g rezepter Gruyère AOP

250 g Zwetschgen

1 Peperoncino

1 roter Radicchiosalat

1 kleiner Friséesalat

2 EL Rotweinessig

3 EL Gemüsebouillon

2 EL Olivenöl

Salz, Pfeffer

30 g Cashewnüsse

Gruyère AOP in ca. 1,5 cm grosse Würfel schneiden. Zwetschgen entsteinen und in Schnitze schneiden. Peperoncino evtl. entkernen und fein schneiden. Salat in mundgerechte Stücke zupfen.

Essig, Bouillon, Öl, Salz und Pfeffer zu einer Sauce verrühren. Zwetschgen, Peperoncino und Salat zu der Sauce geben. Cashewnüsse in einer beschichteten Bratpfanne leicht rösten, zum Salat geben, alles vermischen und anrichten. Käsewürfel in die heisse Pfanne geben. Bei mittlerer Hitze kurz auf einer Seite anbraten, auf dem Salat verteilen und sofort servieren.



1 Portion enthält ca.:

248 kcal / 1039 kJ, 11 g Eiweiss, 19 g Fett, 8 g Kohlenhydrate (davon anrechenbar 5 g).

Rezept: Brigitte Aeberhard

Foto: bildlich.ch