

# Feldsalat mit Walnüssen und Apfelspalten



## Zutaten für vier Personen:

120 g Feldsalat  
100 g sehr frische Champignons (optional)  
1-2 säuerliche Äpfel  
Walnusskerne von 8-12  
Walnüssen  
2-4 Scheiben Schwarzbrot (viereckiges Roggenbrot)  
80-120 g Blauschimmelkäse, alternativ Gorgonzola dolce

## Vinaigrette:

2 Msp Salz  
Pfeffer aus der Mühle  
1 kräftige Prise Zucker  
2 EL Apfelessig  
1 TL Dijon Senf  
3 EL Orangensaft  
5 EL Olivenöl  
2 EL neutrales Öl

1. Feldsalat gründlich waschen und verlesen. Röschen ganz lassen.  
2. Bei den Pilzen den Fuß einkürzen, schälen und in feine Scheiben schneiden.  
3. Äpfel waschen, entkernen und längs in dünne Spalten schneiden. Mit etwas Zitronensaft säuern.  
4. Für die Vinaigrette Salz, Pfeffer, Zucker in Apfelessig auflösen und mit Senf vermischen. Orangensaft zugeben, dann das Olivenöl einarbeiten.  
5. Feldsalat in der Vinaigrette wenden, optional Pilzscheiben verteilen und mit den Walnüssen bestreuen. Die Apfelspalten am Rand verteilen.

6. Viereckige Schwarzbrot-scheiben vierteln, mit Blauschimmelkäse belegen und jeweils zwei bis vier bei jedem Salatteller zufügen. Optional vorher 2 Minuten unter dem Backofengrill gratinieren. Oder optional mit Hälften von kernlosen Trauben belegen.

## Variante:

Croûtons mit Ziegenkäse belegen, mit einigen Tropfen Olivenöl beträufeln, im Backofen gratinieren.

## Hinweise:

Bavaria Blue, schon etwas reif, ist die beste Wahl für den Blauschimmelkäse.

## Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 15 min, Vorspeisen, Salate, vegetarisch, international

Rezeptanregung: Blitz-schnelle Küche - Die kleine Schule, München 2000: Zabert Sandmann, S.68  
Anpassung und Foto: Walter Stand 08.12.2024