

Feldsalat mit Krabben und Grapefruitfilets



Zutaten für vier Personen:

- 100-120 g Feldsalat
- 160 g Krabben in Lake
- 2 Grapefruit
- 4 Scheiben Roggenbrot (viereckig)
- 100 g reifer Blauschimmelkäse

Vinaigrette:

- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- 1 kräftige Prise Zucker
- 1 EL Apfelessig
- 1 knapper TL Dijon-Senf
- 2 EL Orangensaft
- 3 EL Olivenöl

1. Feldsalat waschen und verlesen. Röschen ganz lassen.
2. Krabben in ein Sieb geben und kurz abspülen.
3. Grapefruit schälen (alle weiße Haut muss weg) und dann Filets heraus-schneiden.
4. Für die Vinaigrette Salz, Pfeffer, Zucker in Apfelessig auflösen und mit Senf vermischen. Orangensaft zugeben, dann das Olivenöl schrittweise einarbeiten.
5. Feldsalat mit den Krabben und den Grapefruitfilets anrichten und mit der Vinaigrette beträufeln.
6. Viereckige Roggenbrot-scheiben vierteln, mit Blauschimmelkäse belegen

und jeweils zwei bis vier bei jedem Salatteller zufügen. Optional vorher 2 Minuten unter dem Backofengrill gratinieren.

Hinweise:

Als Variation getoastete Weißbrotscheiben mit Ziegenkäse belegen, einige Tropfen Olivenöl darauf geben, im Backofen gratinieren.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 25 min, Vorspeisen, Salate, Meeresfrüchte, Krustentiere, französisch

Rezept und Foto: Walter
Stand 12.01.2023