

Fenchel-Sbrinz-Salat



© le menu

ZUTATEN

ZUBEREITEN: ca. 35 Minuten

Für 4 Personen

SALAT

200 dl Gemüsebouillon
100 g Rollgerste
400 g Fenchel, gehobelt
1 Bundzwiebel, in Ringen
½ Bund Rucola
4 Feigen, in Schnitzen
80 g Sbrinz-Möckli, grob gehackt, oder
Sbrinz-Rollen, zerzupft

SAUCE

1 TL Senf
1 TL flüssiger Honig
2 EL Sherryessig
1 Bio-Orange, wenig abgeriebene Schale
und 3 EL Saft
4 EL Raps- oder Olivenöl
Salz, Pfeffer

www.lemenu.ch

ZUBEREITUNG

SALAT Bouillon aufkochen, Gerste beifügen, zugedeckt ca. 20 Minuten garen, abkühlen lassen.

SAUCE Alle Zutaten verrühren, würzen. Fenchel mit 1/3 der Sauce mischen, 20 Minuten ziehen lassen.
FERTIGSTELLEN Gerste mit dem zweiten Drittel Sauce mischen. Fenchel, Gerste, Bundzwiebel, Rucola, Feigen und Sbrinz auf Tellern anrichten, restliche Sauce darüberträufeln.

FERTIGSTELLEN Gerste mit dem zweiten Drittel Sauce mischen. Fenchel, Gerste, Bundzwiebel, Rucola, Feigen und Sbrinz auf Tellern anrichten, restliche Sauce darüberträufeln.