SALATE

FENCHEL-NEKTARINEN SALAT

15 Minuten | 2 Portionen | einfach | pro Portion 250 kcal

ZUTATEN

- 200 g Fenchelknollen
- ½ rote Zwiebel
- 2 Nektarinen
- 1½-2 EL Obstessig
- 1 El Zitronensaft
- ½ TL mittelscharfer Senf
- ½ TL flüssiger Honig
- Salz, Pfeffer
- 2 EL Öl
- 200 g Mozzarella
- ½ Kästchen Kresse
- grober Pfeffer zum Bestreuen

ZUBEREITUNG

Fenchel waschen, putzen und in dünnen Streifen vom Strunk hobeln oder schneiden. Die Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden.

Nektarinen waschen, halbieren und sanft vom Kern lösen. Die Hälften mit der Schnittfläche auf ein Brettchen legen und in feine Streifen schneiden. Essig, Senf, Honig, Zitronensaft, Salz und Pfeffer verrühren. 2 EL Öl darunter schlagen.

Den Mozzarella abtropfen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Fenchel, Zwiebel und Nektarine mit der Marinade mischen und auf einer Platte anrichten. Mozzarella zupfen oder in feine Würfel schneiden und auf dem Salat verteilen. Kresse vom Beet schneiden und darüber geben. Mit Pfeffer bestreuen. Und wenn du magst mit gerösteten Pinienkernen ergänzen.

Tipp: schmeckt auch lecker mit Feta und Orange anstelle von Mozzarella und Nektarine.

NÄHRWERTE