

Guidohof

demeter



*Frisches
vom Biohof
direkt ins Haus*



Salat mit Rucola und Pfirsich

Zutaten

- 4 kleine Pfirsiche
- 75 g Parmesan, frisch gehobelt
- 40 g Pinienkerne
- 4 EL Olivenöl
- 2 EL Balsamico, dunkel
- 1 EL Honig
- Salz & Pfeffer, frisch gemahlen

Zubereitung

- Rucola verlesen, waschen, gut trocken schütteln, Blätter grob zupfen und auf Tellern verteilen.
- Pfirsiche waschen, vierteln und in 1 cm breite Spalten schneiden. Auf dem Rucola verteilen.
- Frisch gehobelten Parmesan darüber streuen.
- Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne ohne Fett kurz anrösten und über dem Salat verteilen. Aus Olivenöl, Balsamico, Honig, Salz und Pfeffer ein Dressing herstellen und über den Salat träufeln.

**Wir wünschen gutes Gelingen und einen guten Appetit!
Eure Guidos**