

Salat aus Randen, Rüebli und gerösteten Cashews

Zutaten: (für 4 Personen)

Marinade:

- 50 ml Rotweinessig
 - 35 ml Aceto Balsamico
 - 20 ml Sojasauce
 - 60 ml Granatapfelsaft
 - 1 EL Zitronensaft
 - etwas abgeriebene Schale einer Bio-Zitrone
 - 30 g Zucker
 - 5 g Salz
 - ¼ TL Koriandersamen
 - ½ Sternanis
 - ½ EL grobgehackter Ingwer
-
- 2 EL Olivenöl (zusammen mit der fertigen Marinade zum Salat geben)

Salat:

- 2 Rüebli, in Stäbli gehobelt
- 2 kleinere Randen, in Stäbli gehobelt

Zum Anrichten:

1 Handvoll Cashews, ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne geröstet und grob gehackt
4 kleine Zweiglein frischer Dill
4 -5 gehäufte EL griechischer Joghurt
nach Belieben frisch geriebener Meerrettich

Zum Abschmecken:

Salz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Die Zutaten für die Marinade in einen kleinen Topf geben und aufkochen. 30 Min. ziehen lassen. Die Marinade durch ein feines Sieb oder Passiertuch in eine Flasche abfüllen. Auskühlen lassen. (Die Marinade hält sich einige Tage im Kühlschrank und passt zu rohen Gemüse- und asiatischen Salaten.)

Randen und Rübli (in dünne Stäbchen gehobelt) in eine Schale geben und kurz mischen. Etwas Marinade und das Olivenöl darüber geben, mischen und kurz marinieren lassen. Mit Salz oder Pfeffer abschmecken.

Den Randen-Rüebli Salat auf die Teller verteilen (Häufchen machen). Die grobgehackten, gerösteten Cashews darüber geben.

Den Joghurt leicht salzen und mit dem frisch geriebenen Meerrettich mischen.

Je einen Klacks Meerrettich-Joghurt auf den Salat geben und je ein Dillzweiglein obendrauf setzen. Allenfalls etwas grobgemahlenen Pfeffer darüber geben und servieren.