




Feldsalat mit Meerrettichkäse-Mousse



 Zeit gesamt
3h 30min

 Zubereitungszeit
30min

 Schwierigkeit
Mittel

Zutaten

für 4 Portionen

Blattgelatine	4 St.
Quark 20 % Fett i.Tr.	100 g
Frischkäse, natur	125 g
Sahnemeerrettich	25 g
Salz	
Pfeffer, weiß	
Zucker	
Schlagsahne	100 g
Zwiebeln, rot	1 St.
Cranberries, getrocknet	150 g
Balsamicoessig, hell	2 TL
Senf	2 TL
Rapsöl	4 EL
Haselnusskerne, ganz	40 g
Feldsalat	150 g

Zubereitung

 Küchenutensilien

mittlere Schüssel, kleiner Topf, Salatschleuder

1. In einer Schüssel Gelatine mit kaltem Wasser auflösen. In einer weiteren Schüssel Quark, Frischkäse und Sahnemeerrettich vermengen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Sahne steif schlagen und kühl stellen.
2. Einen Topf auf niedriger Stufe erhitzen, Gelatine ausdrücken und im Topf langsam auflösen. 2 EL Meerrettichcreme unterrühren, vom Herd nehmen und mit restlicher Meerrettichcreme mischen. Sahne unter die Meerrettichcreme heben, das Mousse in Gläser füllen und zugedeckt mind. 3 Std. im Kühlschrank fest werden lassen.
3. Zwiebel halbieren, schälen und würfeln. Cranberries fein hacken, in einer Schüssel zusammen mit den Zwiebeln, Balsamicoessig, Senf, Salz, Pfeffer und Rapsöl verrühren. Eine Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen, Haselnüsse darin fettfrei ca. 5 Min. anrösten, abkühlen und fein hacken. Feldsalat waschen, trocken schleudern, Haselnüsse unterheben und mit dem Dressing anmachen.

Feldsalat auf Meerrettichkäse-Mousse servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 401 kcal

Kohlenhydrate 43 g

Eiweiß 12 g

Ballaststoffe 4 g

Fette 22 g