



Fruchtiger Käsesalat mit Walnüssen und Birne



 Dauer
20 min.

 Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Emmentaler am Stück	400 g
Walnüsse	60 g
Birnen	2 St.
Zwiebeln, gelb	1 St.
Petersilie, frisch	20 g
Olivenöl	3 EL
Essig	1 EL
Senf	1 TL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Zucker	
Bauernbrot	8 Scheiben

Zubereitung

Emmentaler in ca. 1 cm kleine Würfel schneiden. Walnüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett auf mittlerer Stufe leicht anrösten.

Birnen waschen, halbieren, Stiel und Kerne entfernen und in ca. 0,5 cm dünne Spalten schneiden. Zwiebel halbieren, schälen und in feine Ringe schneiden. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und in feine Streifen schneiden.

In einer Schüssel Olivenöl, Essig und Senf kräftig miteinander verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Alle Zutaten in der Schüssel mit dem Dressing vermengen. Käsesalat mit Walnüssen und Birne auf Tellern verteilen und mit Brot servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	920 kcal		
Kohlenhydrate	91 g	Ballaststoffe	10 g
Eiweiß	41 g	Fette	45 g