

Spinatsalat mit Erdbeeren, Feta und Avocado



ZUTATEN für den Salat (2 Personen)

- frischer Babyspinat (Portionen je nach Hunger wählen)
- ca. 10 Erdbeeren (pro Person jeweils eine knappe Hand voll)
- 1/3 Packung Feta
- 2 EL Pinienkerne
- 1 Avocado

ZUTATEN für das Dressing

- 1 Knoblauchzehe (möglich stattdessen 1 TL Senf)
- 3 EL Olivenöl
- 1 EL Apfelessig oder weißen Balsamico
- 1 EL Zitronensaft
- Prise Salz und Pfeffer
- knapper EL Agavensirup oder Honig

ZUBEREITUNG:

Den Babyspinat und die Erdbeeren waschen.

Die Erdbeeren und die Avocado in große Stücke schneiden und den Feta zerbröseln.

All das in einer Schüssel sammeln und schon einmal eine kleine beschichtete Pfanne erhitzen.

Alle Zutaten für das Dressing in einem leeren Marmeladeglas vermengen, kräftig schütteln und einstweilen beiseite stellen.

In der Pfanne die Pinienkerne leicht braun anrösten - darauf achten, dass sie nicht anbrennen!

Das Dressing über den Salat geben und einmal vorsichtig durchmengen.

Den Salat auf einem Teller anrichten und zum Schluss die Pinienkerne oben drauf geben.

Ursula

