

# KIEFER<sup>1851</sup>

by m & h schmidt

## Frühlingsalat mit Orange

Für 8 Personen / Zubereitungszeit ca. 20 Min.

Eier	8	in 8 Minuten hart kochen und abkühlen lassen.
Pinienkerne	8 EL	in einer Pfanne ohne Fett rösten.
Salat-Mix	400 g	und
Mangold, evtl. roter	800 g	klein zupfen bzw. die Stiele in feine Streifen schneiden. Von
Orangen	3	die Schale fein reiben, danach den Saft auspressen. Schale und
		Saft mit
Naturjoghurt	400 g	
Honig	4 EL	und
Öl	2 EL	zu einem Dressing verrühren und mit
Senf	8 EL	und
Salz		würzen. Salat und Mangold mischen und mit dem Dressing
Pfeffer		würzen. Mit in Viertel geschnittenen harten Eiern verzieren
		und die Pinienkerne darüber streuen. Eventuell mit
		verschönern.
Karottenraspeln		

Der ideale Begleiter

[Weißburgunder / Tradition / Trocken](#)

