



Mango-Kiwi-Salat mit jungem Käse



Zutaten

- 200 gramm junger Bio-Käse, in Streifen oder Würfel geschnitten
- 1 esslöffel Pinienkerne
- 2 esslöffel Orangensaft
- 3 esslöffel Olivenöl
- 1 teelöffel Balsamico-Essig
- 1 Ingwerknolle, fein gehackt
- roter Salat oder Feldsalat
- 3 kiwis, geschält und in Scheiben geschnitten
- minze oder Zitronenmelisse

Vorbereitung

Die Pinienkerne in einer trockenen, heißen Pfanne rösten. Ein Dressing aus Orangensaft, Olivenöl, Balsamicoessig und Ingwer anrühren. Den Salat auf den Tellern verteilen. Mango, Kiwi und Käse auf dem Salat anrichten. Das Dressing darüber gießen und das Gericht mit Pinienkernen und Minze bestreuen.

TIPPS Junger Bio-Käse kann durch jungen Ziegenkäse ersetzt werden.
Kiwi durch Heidelbeeren ersetzen