Aurélie Bastian
FRANZÖSISCH KOCHEN

Rezept online aufrufen



SOMMERLICHER SALAT MIT GEBRATENEN APRIKOSEN UND ZIEGENKÄSE

ZUBEREITUNG: 15 MIN. · KOCHZEIT: 5 MIN.

Solange es noch sommerlich ist und Aprikosen gibt, kann ich weiterhin Tartes zaubern. Aber mit Aprikosen kann man mehr als Kuchen und Tartes backen. .... sie schmecken auch hervorragend gebraten in einem Salat. Ich finde die Kombination mit Ziegenkäse oder Fetakäse total lecker!

Dazu knackige Walnüsse oder Pistazien, et voilà schon hat man den langweiligen Salat verwandelt. Mein Papa hatte noch frische Erbsen aus dem Garten und sie durften auch mit in den Salat hinein. Un Délice! Ich liebe es überalles ... ganz kleine und frische Erbsen, schön süss und knackig! Ein paar haben wir so vernascht und den Rest mit in den Salat gegeben.

Die Aprikosen werden auf dem Grill oder in der Pfanne gebraten aber man kann sie auch in dem Backofen kurz mit Zitronen-Thymian anrösten. Ob mit oder ohne Schuss, es schmeckt einfach nach Sommer....

Diese Fotos hatte schon vor einer Weile gemacht, aber der Salat kommt immer öfters bei uns auf dem Speiseplan. Ich habe ihn hier mit Aprikosen gemacht, aber öfters kommen stattdessen Pfirsische und gebratener Rosmarin zum Einsatz! Auch ein Traum!

Zutaten für 3-4 Personen:

5-6 Aprikosen, 20 g Butter, Salz, Pfeffer, 1 EL frischer Zitronen-Thymian, 1 Rolle Ziegenkäse, 150 g frischer grüner Salat, 1 handvoll frische Erbsen, 2 EL Walnüsse, 1 Stange Frühlingszwiebel, Olivenöl, Essig.

1- In einer Pfanne die Butter schmelzen. Die Aprikosen halbieren, entkernen und in der Pfanne kurz braten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und den frischen Zitronenthymian dazu geben. Auf die Seite stellen. (Kurz abkühlen lassen).

2- Den Salat abwaschen. Die Frühlingszwiebeln und den Ziegenkäse in kleinen Stückchen schneiden. Die kleinen Erbsen aus deren Schoten nehmen.

Den Salat mit den Erbsen, Walnüssen, Käse, Frühlingszwiebeln mischen, etwas (2-3 EL) Olivenöl darüber gießen und 1-2 EL Essig geben, mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf kleinen Tellern verteilen. Jetzt nur die Aprikosen drapieren.... und genießen.

Ich weiß, dass es kein superkompliziertes Rezept ist, aber es war einfach lecker und diese kleine Vorspeise bereite ich gern und oft vor.

Nur noch als kleiner Tipp: Mein Sohn mag es nicht, wenn die Aprikosen zu reif sind und komplett zerfallen beim Braten. Ich nehme also etwa festere (nicht ZU reife) Aprikosen für den Salat. So behalten sie ihren Biss nach dem Braten.

Gros bisous et bonne journée!

Hat es dir und deinen Gästen geschmeckt? Dann gib die Quelle gern weiter.

Dieses Gericht stammt aus einem Rezept von
Aurélie Bastian
www.franzoesischkochen.de