



B E A N S

. w i r k o c h e n

Frühlingssalat

Rezept für 8 Personen

Zutaten:

400 g feine grüne Bohnen
200 g Champignons
wenig Zitronensaft
300 g zarter Frühlingsspinat
2 Bund Radieschen

Sauce:

8 EL Sherryessig
2 EL Sherry
Salz, schwarzer Pfeffer aus
der Mühle
2 TL scharfer Senf
6 EL Baumnussöl
6 EL Sonnenblumenöl

1. Die Bohnen rüsten und über Dampf oder in wenig Salzwasser knackig weich kochen
2. Die Champignons waschen, rüsten und fein scheideln. Sofort mit Zitronensaft beträufeln.
3. Den Spinat gründlich waschen und gut abtropfen lassen.
4. Alle Salatzutaten miteinander mischen und auf den Tellern schön verteilen.
5. Die Zutaten für die Sauce zusammen verrühren und unmittelbar vor dem Servieren über den Salat träufeln.