

Feine Sahnesauce

Hier hast du eine Salatsauce, die mit Sahne und Crème fraîche zubereitet wird. Sie hat eine herrlich cremige Konsistenz und schmeckt am besten zusammen mit Blattsalaten. Wenn du 1 – 2 EL geröstete und gehackte Haselnüsse zum Schluss unterrührst, wird aus dieser Sahnesauce eine tolle Haselnuss-Sauce.

Du brauchst dazu:

- 3 EL weißen Balsamico
- 1 TL Honig
- 1 EL Feigensenf oder klassischen groben Senf
- 100 ml Sahne
- 1 EL Crème fraîche
- 3 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer



So wird's gemacht:

- In einer passend großen Schüssel weißen Balsamico, Honig und Feigensenf mit dem Schneebesen gut aufschlagen.
- Mit Salz und Pfeffer würzen.
- Die Sahne langsam einrühren.
- Crème fraîche dazugeben und unterrühren.
- Zum Schluss das Olivenöl dazu und unterrühren.

Blattsalat mit feiner Sahnesauce

Nicht nur im Sommer ist ein frischer Salat eine gesunde und leckere Ergänzung einer Mahlzeit. Man kann ihn zu fast allen Gerichten essen, und wenn nicht, dann eignet er sich auf jeden Fall als kleine Vorspeise. Oft beträufele ich den Salat mit einer klassischen Vinaigrette, aber manchmal habe ich richtig Appetit auf eine sanfte, cremige Sahnesauce. Von März bis Juni ernte ich im Garten laufend frischen Lollo Rosso oder, wie auf dem Bild, Lollo Bionda.

Du nimmst:

- Einen Salat (Kopfsalat, Lollo Rosso, Lollo Bionda, Eichblatt o.Ä.)
- 1 kleine Zwiebel
- frische Petersilie
- Eine Sahnesauce s.o.

Und das geht so:

- Salat in mundgerechte Stücke zerteilen, sorgfältig waschen und gut abtropfen (nicht schleudern).
- Zwiebel und Petersilie hacken.
- Kurz vor dem Servieren Salat, Zwiebel und Petersilie in die Sauce geben und mit zwei Löffeln unterheben.