



# Zuckerhutsalat mit Orangenfilets

## ZUTATEN FÜR 6 PERSONEN

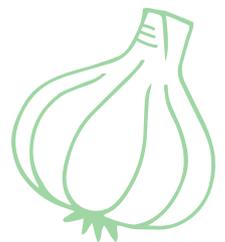
600 g Zuckerhutsalat  
3 große Orangen  
1 EL Honig  
1 TL Salz  
Pfeffer  
3 bis 4 EL heller Essig  
6 bis 8 EL Olivenöl  
1 roter Apfel



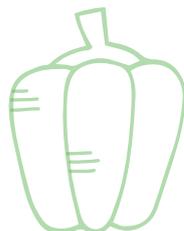
## ZUBEREITUNG

Orangen mit einem Messer rundum schälen und die Filets herausschneiden.  
Aus dem Gehäuse den Saft in ein hohes Gefäß ausdrücken.  
Honig, Essig, Salz und Pfeffer mit einem Pürierstab vermischen.  
Dann das Öl erst tröpfchenweise, dann in feinem Strahl mit dem Stab untermischen.  
Zuckerhut putzen und in Streifen schneiden. Apfel mit Schale in dünne Stücke schneiden.  
Salat auf einer Platte anrichten und mit Orangenfilets und Apfelstückchen garnieren.  
Die Orangenvinaigrette extra dazu reichen.

Dazu passt Baguette oder Landbrot.



**Guten Appetit!**



**Marienhof**  
**ESPERDE**