



Wintersalat mit Schinken und Preiselbeer-Dressing

Zeit gesamt
15min

Zubereitungszeit
15min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Feldsalat	150 g
Äpfel, rot	2 St.
Macadamianüsse mit Honig	4 EL
Olivenöl	3 EL
Wildpreiselbeeren	3 TL
Essig	2 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Serranoschinken	100 g

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, große Pfanne, Sieb

1. Feldsalat waschen und in einem Sieb abtropfen lassen. Äpfel ebenfalls waschen und in Scheiben schneiden. Strunk und Kerne mittig herausschneiden. Macadamianüsse grob hacken.
2. In einer Pfanne 1 EL Olivenöl auf hoher Stufe erhitzen. Äpfel darin von beiden Seiten ca. 3 Min. anbraten.
3. Für das Dressing in einer Schüssel 3 TL Preiselbeeren mit 2 EL Olivenöl, 2 EL Essig, Salz und Pfeffer verrühren. Preiselbeer-Dressing abschmecken.
4. Wintersalat auf Teller anrichten. Dafür Feldsalat, gebratene Apfelringe und Schinken verteilen. Mit Macadamianüssen bestreuen und mit Preiselbeer-Dressing beträufelt servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Du suchst nach einem Weihnachtsmenü? Der Wintersalat ist eine sehr schöne Vorspeise. Als Hauptgang passt [Rinderfilet mit Kartoffelgratin und Bohnen-Gemüse](#) und als Dessert [Rotwein-Birne mit weißer Mousse](#).

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	234 kcal
Kohlenhydrate	18 g
Eiweiß	9 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	15 g