



Salat aus Birne, Schwarzkohl und Gorgonzola

Man nehme für 4-6 Portionen:

ca. 15 Schwarzkohl-Blätter	Die Blattrippen entferne, Blätter in kleine Stücke schneiden, waschen, schleudern und trocknen
4 EL Haselnussöl	
2 Zitronen	auspressen
100 g Buchweizen	mit ½ TL Salz 10 Minuten in ca. 500 ml kaltem Wasser einweichen
2 Birnen	
2 TL Kastanienhonig	
150 g Gorgonzola	gut gekühlt in Würfel schneiden
Salz	
außerdem:	Backofen auf 150° Umluft vorheizen

- Schwarzkohlblätter, 2 EL Haselnussöl, knapp die Hälfte des Zitronensaftes und eine Prise Salz in eine Schüssel geben und mit den Händen eine Weile „massieren, nicht kneten“, damit die Blätter weicher werden. Abgedeckt 20 Minuten marinieren.
- Buchweizen abspülen und auf einem Backblech in ca. 10 Minuten knusprig backen.
- Birnen vierteln, das Kerngehäuse entfernen, die Viertel in schmale Spalten schneiden und mit dem restlichen Zitronensaft beträufeln.
- Für das Dressing den Kastanienhonig und das restliche Haselnussöl mit einem Schneebesen verrühren, bis eine Emulsion entsteht.
- Schwarzkohl, Birnenspalten und Gorgonzolawürfel auf Tellern anrichten. Mit dem Dressing beträufeln und mit dem Buchweizen bestreuen.

Dazu passen Grissini und ein trockener Weißwein