



Schichtsalat aus dem Glas

Herzhafte rote Linsen, frische Wassermelone, grüne Oliven und cremiger Feta – Schicht für Schicht köstlich!

Zutaten

2 Portionen

Schichtsalat

150 g rote Linsen

2 Stiele Petersilie, glatt

200 g Fetakäse

0.5 Mini-Wassermelone

20 g Kerne, gemischt (Kürbis-, Sonnenblumen- und Pinienkerne)

150 g grüne Oliven, entsteint

50 g Feldsalat

Dressing

0.5 Schalotte

1 EL Byodo Grill & Fondue Senf

2 EL Byodo Aceto Balsamico di Modena IGP - Invecchiato

2 EL Byodo Olivenöl nativ extra, aus Griechenland

50 ml Apfelsaft

Byodo Meersalz, fein

Pfeffer

Zubereitung

Die Linsen in Salzwasser für etwa 10 Minuten bei milder Hitze garen. Abgießen und gut abtropfen

lassen. Petersilie fein hacken und mit den Linsen vermengen.

Den Fetakäse in Würfel schneiden. Wassermelone in Stücke schneiden. Die gemischten Kerne in einer Pfanne ohne Öl rösten.

Die Schalotte abziehen und in feine Stücke schneiden. Die Zwiebeln und alle übrigen Zutaten für das Dressing in ein kleines Byodo Senfglas geben und kräftig schütteln. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

In ein großes Vorrats-/Schraubglas zuunterst die Linsen schichten, darauf die Oliven, den Fetakäse und die Melonenstücke. Mit dem Feldsalat das Glas auffüllen. Die gemischten Kerne auf den Salat geben und das Vorratsglas zum Transport verschließen.

Vor dem Servieren das Dressing im Glas aufschütteln und über den Salat geben.