Rucolasalat mit Walnüssen und Birnen

Zubereitungszeit:
ca. 20 Minuten

Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie:	249 kcal/1043 kJ		
Eiweiß:	3,4 g	Fett:	21,4 g
Kohlenhydrate:	12		

Zutaten für 6 Portionen :

Für den Salat:

250 g	Rucola
2	Birnen
6 Scheiben	luftgetrockneter Schinken
250 g	Cherrytomaten
60 g	kalifornische Walnüsse

Für das Dressing:

2 EL	Hühnerfond
1	Messerspitze Dijon-Senf
1 EL	Weißweinessig
2 EL	Olivenöl
2 TL	Walnussöl
	Limettensaft
	Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Rucola waschen und gut abtropfen lassen. Birnen schälen, Kerngehäuse entfernen und in Spalten schneiden. Schinken in Streifen schneiden. Cherrytomaten waschen und halbieren. Walnüsse in einer Pfanne kurz rösten.

2. Kalten Hühnerfond mit Senf, Essig und einige Tropfen Limettensaft verrühren. Das Oliven- und Walnussöl langsam hinzufügen und mixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3. Rucola mit dem Dressing mischen. Birnen, Walnüsse, Schinken und Cherrytomaten auf Tellern anrichten und Rucola darüber geben.

Tipp: Nach Belieben einige frische Kräuter darüber streuen.