



Chäs-Plätzli mit Zucchini-Salat.

Zutaten

- 2 FINDUS Chäs-Plätzli pro Person
- Öl zum Anbraten

Für den Salat

- 4-5 kleine Zucchini
- Salz und Pfeffer
- 4 Portionen junger Blattsalat
- 4 Hand voll FINDUS Gartenerbsen (aufgetaut)
- 3-4 Radieschen, in Scheiben geschnitten
- Frischer Basilikum, grob gehackt

Für das Salat-Dressing

- 1 EL Zitronensaft
- 1 EL Rotweinessig
- 1 TL flüssiger Honig
- 1 kleine Knoblauchzehe, gepresst
- 5 EL Olivenöl
- Salz und Pfeffer

Zum Servieren

- Haselnüsse, grob gehackt und angeröstet

Zubereitung

Auf einen Blick.

Hauptgericht für 4 Personen

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

Zucchini rüsten und anbraten.

Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die mit einem Schäler in dünne Streifen geschnittenen Zucchini einige Minuten von beiden Seiten goldbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Dressing zubereiten und Salat mischen.

Für das Dressing den Zitronensaft, den Rotweinessig, den Honig und den Knoblauch verrühren. Das Olivenöl dazu geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Blattsalat, die Erbsen, die Radieschen-Scheiben sowie den Basilikum zu den Zucchini-Streifen geben und alles mit dem Dressing vermengen.

Plätzli anbraten.

Tipp: FINDUS Chäs-Plätzli vorher antauen – so gelingen sie noch besser! Dann die Plätzli beidseitig in etwas Öl oder Butter goldbraun braten.

Servieren und geniessen.

Die Chäs-Plätzli zusammen mit dem Zucchini-Salat anrichten. Den Salat zum Servieren mit gerösteten Haselnüssen garnieren. Guten Appetit!