

Rezept

Hirsesalat

mit Senf-Dressing

Zutaten

300g HUBER-MÜHLE
Hirse gelb
1 Salatgurke
3 Birnen
200g Fetakäse
1 Bund Radieschen
4EL Rapsöl
2TL Honig
1-2EL süßer Senf
3-4EL Balsamicoessig
weiß
etwas Salz und frisch
gemahlener Pfeffer

Zubereitung

Die Hirse in 600ml Wasser aufkochen und dann weitere 10min köcheln lassen. Hitze reduzieren und weitere 10min quellen und dann abkühlen lassen.
Gurke schälen, halbieren, achteln und in Streifen schneiden.
Birnen waschen, vierteln und dabei das Kerngehäuse entfernen. Birnen und Fetakäse in kleine Würfel schneiden.
Radieschen vom Grün entfernen, waschen, putzen und in dünne Scheiben schneiden.
Öl, Honig, Senf und Essig verrühren. Salzen, pfeffern und mit den Salatzutaten mischen.

Dazu schmeckt z.B. ein Vollkornbaquette.

Wir wünschen gutes Gelingen!