

# FRUCHTIGER QUELLERSALAT MIT APRIKOSEN-VINAIGRETTE



## Zutaten (für 4 Portionen)

### Für die Vinaigrette:

- 250 ml frischen Orangensaft
- 35 ml Limettensaft
- 50 g frischer Ingwer
- 70 ml Rapsöl
- 100 g Aprikosenmarmelade
- Salz
- etwas Honig

### Für den Quellersalat:

- 100 g Queller
- 80 g gewürfelte Mango
- 100 g gegarter Spargel
- 100 g Kirschtomaten

### Meerrettich-Soße:

- 75 g feingeriebener Meerrettich (Microplane Reibe)
- 200 g Mayonnaise
- 200 g Yoghurt
- Abrieb von einer halben Zitrone
- Salz

## Zubereitung

### Für die Vinaigrette

Den Ingwer fein reiben und zu dem Orangensaft geben. Den Orangensaft auf dem Herd auf etwa 150 ml reduzieren. **Wir empfehlen frisch gepressten Saft.** Vom Herd nehmen, die restlichen Zutaten zugeben und gut miteinander verrühren. Nun mit Salz und etwas Honig abschmecken. Die Vinaigrette vor dem Servieren durch ein Sieb lassen.

### Für den Quellersalat

Zunächst den Spargel wie gewohnt vorab garen. Anschließend diesen in mundgerechte Stücke schneiden. Die Mango würfeln und die Kirschtomaten je nach Größe und Belieben halbieren oder vierteln. Alle Zutaten für den Salat in einer Schüssel miteinander vermengen und mit ca. 100 ml Vinaigrette marinieren.

Der Salat passt hervorragend zu Stremellachs oder zu gebratenen Garnelen.

**Empfehlung der Küche:** Zu dem Fisch oder zu den Garnelen eignet sich hervorragend eine Meerrettich-Soße.

### Meerrettich-Soße

Den Meerrettich mit einer Microplane-Reibe fein reiben. Die Mayonnaise und den Yoghurt miteinander vermengen. Den feingeriebenen Meerrettich (je nach Schärfe des Meerrettichs mehr oder weniger nehmen) sowie den Zitronenabrieb zu der Mayonnaise-Yoghurt-Mischung geben, ordentlich durchrühren und mit Salz und ggf. noch mehr Zitronenabrieb abschmecken. Am besten die Soße einen Tag vorher zubereiten, dann kann der Meerrettich sein volles Aroma entfalten.

Wir wünschen guten Appetit!