

## Herbstlicher Gerstensalat

150 g Rollgerste  
4½ dl Wasser  
1 EL Haselnüsse  
1 Birne

Rollgerste ca. 40–50 Min. kochen  
rösten, grob hacken  
in feine Stückchen schneiden

### Sauce:

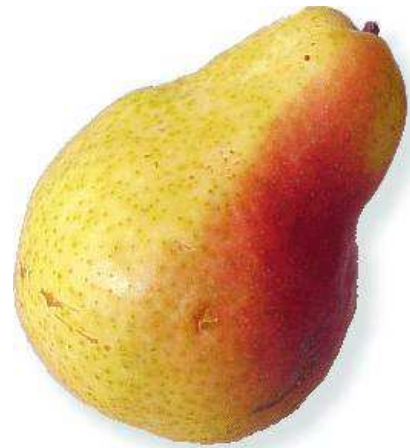
3 EL Zitronensaft  
1 TL Meersalz  
1 Prise Chili  
1 Prise Muskatnuss  
1 Knoblauchzehe  
1 Bund Peterli  
2-3 Stengel Estragon  
2 EL Haselnussöl  
1 EL Olivenöl

pressen  
hacken  
fein schneiden

Alles zusammen verquirlen. Die Gerste mit den Nüssen, Apfelstückchen und der Salatsauce mischen und etwas ziehen lassen vor dem Servieren.

### Tipp:

Dieser Salat ist eine ausgezeichnete Vorspeise oder passt zu einer Käse- oder Fleischplatte am Mittag.



*Rezept von Gaby Stampfli*