



Lauwarmer Salat von Randen und Rüeblü (für 4 Personen)

400 g Rüeblü, div. Sorten	in Stängelchen schneiden
400 g Randen	in Stängelchen schneiden
Salz, Pfeffer	
4 Thymianzweige/Salbei	Blätter abzupfen, Salbei in Streifen
4 Esslöffel Olivenöl	
4 Esslöffel Mandelblättchen	in Pfanne rösten
150 g Feta	zerbröckelt oder in Würfeli

Senf-Honig-Vinaigrette

1 Bund Petersilie glattblättrig	gehackt
2 Esslöffel Balsamicoessig	
1 Teelöffel Honig flüssig	
1 Knoblauchzehe klein	
1 Esslöffel Senf grobkörnig, gehäuft	
Salz, Pfeffer	
4 Esslöffel Olivenöl	

Zubereitung:

Rüeblü und Randen in eine Gratinform geben, würzen und grosszügig mit Olivenöl beträufeln. Das Gemüse im 200 Grad heissen Ofen auf der untersten Rille 35 - 40 Minuten backen; zwischendurch etwa 2-mal wenden.

Für die Vinaigrette sämtliche Zutaten miteinander mischen.

Das noch leicht warme Gemüse auf Tellern anrichten. Den Feta und die Mandelblättchen darüber verteilen und alles mit der Vinaigrette beträufeln.

Da orange Rüeblü Chrom enthalten sollte man nach Möglichkeit auf gelbe oder weisse Rüeblü ausweichen. (z.B. Küttiger oder Pfälzer Rüeblü)