

Rohschinken-Schwarzwurzel-Antipasti

Zutaten

Für 6 Personen

4 Schwarzwurzeln, ca. 350 g, gerüstet, in je 3 Stücke geschnitten

12 Rohschinkenranchen

2 Handvoll Nüsslisalat, gerüstet

Sauce:

½ Zitrone, abgeriebene Schale und 2 EL Saft

2-3 EL Rapsöl

1 TL Senf

¼ TL Fenchelsamen, fein gehackt oder im Mörser zerstoßen, nach Belieben

Salz

Pfeffer aus der Mühle



Zubereitung

Zubereitung: ca. 35 Minuten

1. Schwarzwurzeln in siedendem Salzwasser 15-20 Minuten knapp weich garen, kalt abspülen, abtropfen lassen. Jede Schwarzwurzel mit einer Tranche Rohschinken umwickeln. Nüsslisalat auf Teller verteilen, Schwarzwurzeln darauflegen.
2. Sauce: Alle Zutaten verrühren, würzen. Sauce darüberträufeln oder in Portionenschälchen verteilen und dazu servieren.

Dazu passt knuspriges Brot.

Schwarzwurzeln und Sauce lassen sich 2-3 Stunden im Voraus zubereiten, separat zugedeckt kühl stellen. Ca. 30 Minuten vor dem Servieren bei Raumtemperatur stehen lassen und die Sauce nochmals aufrühren.

Schwarzwurzeln unter leicht fließendem Wasser schälen, sofort kochen oder in Zitronen- oder Essigwasser legen.

Nährwerte

Eine Portion enthält: 117 kcal, 6g Eiweiss, 10g Fett, 1g Kohlenhydrate.