



GEWÜRZE
DER WELT



Rezeptkarte N° 275

Frühlings-Freekeh-Salat



15 Minuten



20 Minuten



35 Minuten

Zutaten für 2 Personen



100 g Freekeh

100 g Erbsen, frisch enthülst

2 Hände voll Frühlingssalat

ein paar Radieschenblätter

2 Frühlingszwiebeln

6 Radieschen

1 Beet Kresse

Für das Dressing:



3 EL Flüssigkeit der Preserved Lemons



1 Preserved Lemons, feinst gehackt

1 Knoblauchzehe



½ TL Kreuzkümmel, gemahlen



3 EL Olivenöl



1 Prise Aleppo Chiliflocken



Salz nach Geschmack



schwarzer Pfeffer



1-2 EL Dukkah

Rezept

Freekeh gründlich unter fließendem Wasser abspülen. Mit frischem Wasser zum Kochen bringen und ca. 20 Minuten garen. Abgießen und abkühlen lassen. Die Erbsen 1 Minute in kochendem Salzwasser blanchieren und abgießen und dann ebenfalls abkühlen lassen. Salate, Radieschenblätter, Erbsen, Frühlingszwiebeln und Radieschen auf einer Platte anrichten. Alle Zutaten für das Dressing kräftig vermischen und gut abschmecken und anschließend über den Salat löffeln. Mit Kresse und Dukkah garnieren und sofort servieren.

Guten Appetit!