Artikel vom 24.07.2024 · Ausgedruckt am 16.11.2026, 19:25 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/asiatischer-gurkensalat

Asiatischer Gurkensalat



Foto: Leonie Jaxy

Zutaten (4 Personen):

1 Salatgurke,

2 Frühlingszwiebeln,

3 EL Sojasauce,

2 EL Walnussöl,

2 EL Zitronensaft,

2 EL Zuckerrübensirup,

1 Knoblauchzehe,

1 TL Sesam geröstet.

Optional:

½ TL Chiliflocken.

Zubereitung:

Die Salatgurke waschen und erst der Länge nach in Viertel schneiden, dann die geviertelten Gurkenstangen in mundgerechte Stücke. Die Frühlingszwiebeln waschen, gegebenenfalls die äußeren Blätter entfernen und die Stangen in feine Ringe schneiden. Für das Dressing die Knoblauchzehe schälen und fein hacken. Alternativ kann dieser auch gerieben oder gepresst werden. Zum Knoblauch die Sojasauce, das Walnussöl, den Zitronensaft und den Zuckerrübensirup geben und alles gut vermischen, bis sich der Sirup aufgelöst hat. Die Gurkenstücke sowie die Frühlingszwiebelringe in eine Schüssel geben, das Dressing darüber gießen und alles gut vermengen. Während der Salat durchzieht, den Sesam in einer beschichteten Pfanne kurz anrösten und diesen über den Salat streuen. Für einen schärferen Touch Chiliflocken hinzugeben und alles noch einmal ordentlich verrühren.

Leonie Jaxy