

# Salat Rezepte

## Ananas Käse Salat

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Nachtisch, Backen, Dessert, Vegetarisch, Kalorienarm

---

1/2	Ananas oder 1 Baby-Ananas	10	Essl. Rotwein
2	Stangen Sellerie	2	Nelken
1	unbehandelte Zitrone		Zimt
200 g	milder Käse (evtl. -Butterkäse)		Tabasco
6	Trockenpflaumen	1/2	Kopf Frisée- oder Endivie
3	Essl. Cream Sherry	1	Essl. Pistazienkerne

---

Ananas längs vierteln, mittleren harten Strunk entfernen, dick schälen, in 1 cm dicke Stücke schneiden. Vorbereiteten Stangensellerie in Scheibchen, Käse in sehr feine Streifen schneiden.

Alles vermischen, mit dem Saft 1/2 Zitrone beträufeln.

Salatsauce: Entsteinte Trockenpflaumen kleinschneiden, in einem Topf mit Cream Sherry, Rotwein, abgeriebener Schale und Saft 1/2 Zitrone und Gewürzen aufkochen, 5 Minuten auf 1/2 oder Automatik-Kochplatte 1-2 langsam ziehen lassen, durch ein Sieb streichen, gut abschmecken.

Gewaschene gut abgetropfte Salatblätter in mundgerechte Stücke zupfen, auf Salattellern ausbreiten, Ananas Käse Salat darauf anrichten, einen Esslöffel Pflaumensauce in die Mitte geben, mit gehackten Pistazien bestreuen.