



REBOOT Waldorfsalat mit geräucherter Makrele

und Croûtons



ca. 25min



3-4 Personen

Dieser amerikanische Klassiker hat seinen Ruhm verdient. Im namensgebenden „Waldorf Astoria“-Hotel in New York wird er mit Apfel, Sellerie, Rosinen und etwas Zitronensaft serviert. Wir haben uns für eine weniger klassische Variante mit Gurke, Walnüssen, Estragon und geräucherter Makrele entschieden. Am besten ist, dass dieser Salat in weniger als einer halben Stunde auf dem Tisch steht, perfekt für einen Wochentag!

- 1 Apfel
- 2 Packungen Romanasalat
- 2 Stangensellerie ⁹
- 1 große Gurke
- 50g Walnusskerne ¹⁵
- 2 Vollkornbaguettebrötchen ¹
- 10g Estragon
- 1 unbehandelte Zitrone
- 2 Packungen geräuchertes Makrelenfilet ⁴

- 2EL körniger Senf ¹⁰
- 2EL Mayonnaise ³
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

- große Pfanne
- Küchenreibe
- Zitruspresse

Allergene
Gluten (1), Eier (3), Fisch (4), Sellerie (9),
Senf (10), Nüsse (15). Kann Spuren von
anderen Allergenen enthalten.

Energie 744kcal, Fett 50.8g,
Kohlenhydrate 49.0g, Eiweiß 22.1g



1. Obst und Gemüse schneiden

Den **Apfel** vierteln, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Die **äußeren Blätter des Romanasalats** ablösen und beiseitelegen, den **übrigen Salat** in dünne Streifen schneiden. Den **Sellerie** schräg in sehr feine Streifen schneiden. Die **Gurke** längs halbieren, die Kerne mit einem Löffel entfernen und die **Gurke** leicht schräg in dünne Scheiben schneiden.



4. Dressing vorbereiten

Die **Estragonblätter** von den Stängeln
zupfen und die **½ der Blätter** grob
schneiden. Die **Zitronenschale** fein
abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und
auspressen.



2. Walnüsse anrösten

Die **Walnüsse** in einer großen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 1-2Min. goldbraun anrösten, dabei regelmäßig rühren, damit die **Nüsse** nicht anbrennen. Auf einem Teller beiseitestellen.



5. Dressing anrühren

2EL körnigen Senf mit dem **Zitronensaft**, **1-2TL Zitronenschale**, dem **geschnittenen Estragon**, 2EL Mayonnaise und 2EL Olivenöl verrühren. Das **Dressing** mit je 1 kräftigen Prise Salz, Pfeffer und Zucker würzen.



3. Croûtons zubereiten

Die **Brötchen** in ca. 2cm große Stücke schneiden. In der Pfanne 2EL Olivenöl bei starker Hitze erwärmen. Die **Brotstücke** in das heiße Öl geben und gut umrühren, um das Öl gleichmäßig auf die **Brotstücke** zu verteilen. Die Hitze leicht reduzieren und die **Brotstücke** in ca. 5Min. knusprig braten. Aus der Pfanne nehmen und die **Croûtons** mit je 1 Prise Salz und Pfeffer bestreuen.



6. Salat fertigstellen

Die **Salatstreifen** mit den **Äpfeln**, dem **Sellerie**, den **Gurken**, den **Walnüssen** und dem **übrigen Estragon** vermengen. Das **Dressing** und die **½ der Croûtons** untermengen. Den **Salat** auf den **Salatblättern** anrichten. Die **Makrele** von Haut und ggf. Gräten befreien, in mundgerechte Stücke zupfen, mit den **übrigen Croûtons** auf dem **Salat** verteilen und servieren.