



Chicoréesalat mit Feigen und Pistazienpesto

Von Angélique Niewdorp aus dem Kochbuch „PEACE FOOD – vegan einfach schnell“

Zutaten für 2 Portionen:

- 2 Chicoréesprossen (350 g)
 - 6-8 getrocknete Feigen
 - ½ großer oder 1 kleiner Apfel
 - 100 g Cocktailtomaten
- Für das Pesto
- 100 g geschälte grüne Pistazien
 - 1 Bund Basilikum
 - Saft von ½ Zitrone
 - 3-5 EL Olivenöl
 - Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Den Chicorée waschen und die Strünke herausschneiden. Die Sprossen der Länge nach halbieren und die Blätter ablösen. Die Feigen in ½ cm breite Streifen schneiden. Den Apfel waschen und vierteln. Das Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch in feine Spalten schneiden.
2. Für das Pesto die Pistazien in der Küchenmaschine fein hacken. Einige gehackte Pistazien zum Garnieren beiseitelegen. Basilikum waschen, trocken tupfen und zusammen mit Zitronensaft und 3 EL Olivenöl in die Küchenmaschine zu den Pistazien geben. Alles zu einem Pesto pürieren. Das Pesto mit Salz und Pfeffer abschmecken und gegebenenfalls noch etwas Öl hinzufügen oder mit 1-2 EL Wasser verdünnen.
3. Die Chicoréeblätter auf zwei Tellern (oder einer Platte) anrichten. Feigen und Apfel darauf verteilen und mit dem Pesto beträufeln. Die Tomaten waschen, halbieren und den Salat damit garnieren. Mit den restlichen gehackten Pistazien bestreuen und servieren.