

## Mit MEGGLE Grillknödel

### Frischer Sommersalat mit Grillknödel-Croûtons



*„Ich bin ein GourmeGGLE.“*

#### **Zutaten:**

1 Packung MEGGLE Grillknödel Röstzwiebel

1 Kopfsalat „Red Lollo“ oder Chicorée rot

1 Romana-Salat

Handvoll kleine Cherry Tomaten

½ Gurke

1 Orange

Handvoll Sonnenblumenkerne

8 EL Olivenöl

4 EL Weißweinessig

1 EL Agavendicksaft

Salz, Pfeffer nach Belieben



#### **Zubereitung:**

Den Kopf- sowie den Romanasalat waschen und gut abtropfen lassen, die Tomaten waschen und vierteln. Die Gurke in Würfel oder in Streifen schneiden.

Für das Dressing das Olivenöl, den Weißweinessig und den Agavendicksaft (oder wahlweise Honig als nicht-vegane Alternative) vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Danach wird die Orange filetiert. \*

Nun die MEGGLE Grillknödel Röstzwiebel auf den gut vorgeheizten Grill legen. Bei voller Hitze von beiden Seiten je nach Grill für ca. 2 – 3 Minuten goldbraun grillen. Alternativ den Grillknödel mit etwas Öl in einer antihaftbeschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten ca. 3 Minuten goldbraun anbraten.

Den vorbereiteten Salat mundgerecht zerteilen und mit Tomaten und Gurken in eine Schüssel geben. Zusammen mit dem Dressing vermischen. Anschließend den Grillknödel in Würfel schneiden und als Croûtons über den Salat geben.

Zum Schluss den Salat noch mit den filetierten Orangen und den Sonnenblumenkernen garnieren und fertig ist der perfekte Sommersalat!

\*Tipp zum perfekten Filetieren:

Zuerst werden Deckel und Boden der Orange großzügig gerade weggeschnitten. Nun mit einem scharfen Messer von oben nach unten die Schale inklusive der weißen Unterhaut ebenfalls großzügig wegschneiden. Um die Filets herauszuschneiden, am besten die Orange in die Hand legen und jeweils rechts und links der Trennhäutchen bis zur Mitte schneiden, dadurch fallen die Filets automatisch heraus.