

## Wildkräutersalat mit Blüten und frittiertem Ei

150 g Wildkräutersalat ( gibt es fertig gemischt zu kaufen oder eine Mischung aus z.B. Rucola, Pflücksalat, Babyspinat, Brunnenkresse, roter Mangold usw. Nehmen )

Dressing :

4 EL Olivenöl  
4 EL Nussöl ( Haselnuss - oder Walnussöl )  
6 EL Zitronensaft  
Salz, Pfeffer, Zucker

Verrühren und den Salat kurz vor dem Anrichten damit mischen.

Zum Garnieren :

Radieschenscheibchen  
Champignons in feine Scheiben gehobelt  
Blüten z.B. Gänseblümchen, Veilchen  
Evtl. Frische Sprossen z.B. Zwiebel-, Alfalfa - oder Erbsensprossen

Nussmischung zum Bestreuen :

4 EL gemischte Kerne : Sonnenblumen -, Kürbis -, Pinienkerne, gehackte Haselnüsse usw.  
ca. 1 EL Sonnenblumenöl  
Salz

Nussmischung in Öl in einer Pfanne anrösten, mit Salz würzen, abkühlen lassen

Frittierte Eier :

5 Eier  
Mehl  
Salz, Pfeffer  
Paniermehl

1 l Sonnenblumenöl zum Frittieren

4 Eier 6 - 7 Min. lang kochen, kalt abschrecken, pellen.  
Das übrige Ei in einem tiefen Teller mit der Gabel verquirlen, salzen, pfeffern.  
Mehl und Paniermehl jeweils in einem Teller geben.  
Das Ei zuerst in Mehl wälzen, dann in Ei und zuletzt in Paniermehl wenden.  
Ei dann nochmals durchs Ei ziehen und nochmals in Paniermehl wälzen.  
Öl in einem Topf auf 180 ° C erhitzen und die Eier nacheinander 30 - 60 Sek. goldgelb frittieren. Auf Küchenrolle abtropfen lassen.

Salat auf Teller anrichten, Radieschen, Champignons darüber verteilen, mit Blüten garnieren. Das Ei in die Mitte setzen, die gerösteten Kerne darüber streuen.