



KW 33/2016

## Kaktusfeigensalat mit Vanillesahne

### Zutaten für 2 Personen

4 Kaktusfeigen, 2 EL Grenadinesirup, 2 Stängel frische Minze, 125 ml Marsala (Süßwein), Vanilleeis oder Sahne zum Servieren

### Zubereitung:

Sind die Kaktusfeigen nicht entstachelt, dann Handschuhe anziehen und die Stacheln mit dem Messerrücken abhobeln. Die Feigen unter fließendem Wasser waschen, abtrocknen und die Enden abschneiden. Die Schale längs einschneiden und mit der Messerspitze abziehen. Das Fruchtfleisch in Scheiben schneiden.

Den Grenadinesirup in eine Pfanne geben und erhitzen. Die Feigen darin kurz erwärmen, dann die Scheiben umdrehen. Die Pfanne vom Herd ziehen und die Feigen darin noch ca. 10 Min. ziehen lassen.

Inzwischen die Minze waschen und trocken schütteln. Die Blätter abzupfen und in feine Streifen schneiden. Die Kaktusfeigen mit Marsala und Minze mischen und im Kühlschrank mindestens 1 Std. durchkühlen lassen.

Den Kaktusfeigensalat anrichten und mit Vanilleeis oder Vanillesahne servieren.

## Salat mit Tomaten und Kaktusfeigen Dressing

### Zutaten für 4 Personen :

1 Bataviasalat, 5 Tomaten, 4 Kaktusfeigen, 1 EL Balsamico-Creme hell, 4 EL Olivenöl, Meersalz aus der Mühle, Pfeffer bunt aus der Mühle

### Zubereitung:

Den Salat in dünne streifen schneiden, waschen und trocken schleudern.

Die Tomaten vierteln oder achteln.

Die Kaktusfeigen schälen indem man die Enden dünn abschneidet und die haut längs einschneidet. Sie läßt sich dann leicht abziehen.

Eine Kaktusfeige fein würfeln, die anderen grob zerkleinern und pürieren anschließend die Masse durch ein Sieb streichen.

Mit dem Olivenöl und der Balsamicocreme vermischen und mit den Gewürzen abschmecken

Die Salatstreifen, die Tomatenviertel und die Kaktusfeigenwürfel auf Teller verteilen das Dressing darüber verteilen.

**Wir wünschen Guten Appetit!**

**Ihr Team vom Gärtnerhof Callenberg**

---

Gärtnerhof Callenberg, Callenberg 12a, 96450 Coburg

Inh.: Dietrich u. Friederike Pax

Tel.: 09561/62623, Fax: 09561/235777, Mail: [bestellung@gaertnerhof-callenberg.de](mailto:bestellung@gaertnerhof-callenberg.de)

D-037 Öko-Kontrollstelle Ust.-Nr. DE 224708876

[www.gaertnerhof-callenberg.de](http://www.gaertnerhof-callenberg.de)

Bankverbindung: GLS Bochum Konto: 6007291100 BLZ: 43060967