



Wildblätter-Salat

- 1 Handvoll Löwenzahn
- 1 Handvoll Giersch
- Etwas Wiesenlabkraut
- 20 Blättchen Gundermann
- 15 Schafgarbenblätter
- 20 Gänseblümchenblüten und/oder andere Blüten (Taubnessel, Hornveilchen, etc.)
- 1 EL Kürbiskerne
- 1 EL Sonnenblumenkerne

Für das Creme-Dressing:

- 1 Avocado
- Saft einer ½ Zitrone
- 3 EL Weißweinessig
- 3 EL Olivenöl
- 1 EL Wasser
- 2 TL Agavendicksaft
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle

Wildkräuterblätter waschen und sehr gut abtropfen lassen. Die Blüten verlesen und auf die Seite stellen. Wildblätter klein zupfen, Schafgarbe und Gundermann klein schneiden.

Für das Dressing: Avocado schälen und das Fruchtfleisch vom Kern lösen. In einen Mixer geben. Zitrone auspressen, den Saft dazugeben. Avocado mit Zitronensaft kurz aufmixen. Dann den Essig, das Olivenöl und die Gewürze darüber geben und alles cremig pürieren. Abschmecken. Die Kerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten bis sie duften. Dann abkühlen lassen.

Die Wildblätter in eine Schüssel geben, das Dressing erst kurz vor dem Servieren darüber geben, die Kürbis- und Sonnenblumenkerne darüber streuen und mit den Wildblüten dekorieren.