

Green Goddess Salat (4 Personen)

Für den Salat:

- 1/2 Spitzkohl (Urkohl)
- 1 1/2 Salatgurke
- 1 Bund Schnittlauch
- 4-5 Frühlingszwiebeln

Für das Dressing:

- 1 Avocado
- 2 Knoblauchzehen
- 4 EL Olivenöl
- 4 EL Parmesan (oder Hefeflocken für die vegane Version)
- 2 EL Balsamico
- 1 Handvoll Nüsse (Mandeln, Haselnüsse, etc.)
- 1 Handvoll frische Basilikumblätter
- 1 Saft einer Zitrone
- Salz

Anleitungen

- Kohl, Gurke, Schnittlauch und Frühlingszwiebeln waschen, klein schneiden und in eine Schüssel geben.
- Die Avocado waschen, entkernen und das Fruchtfleisch zusammen mit dem geschälten Knoblauch und restlichen Zutaten für das Dressing in einen Zerkleinerer geben.
- Alle Zutaten zerkleinern, bis eine cremige Konsistenz entstanden ist.
- Das cremige Dressing über den Salat geben und gut miteinander vermengen.
- Guten Appetit!

Bärlauchsoße (Zutaten für 4 Portionen)

- 2 Bund frischen Bärlauch
- 6 Knoblauchzehen
- 10 EL Olivenöl
- 3 kleine Zwiebel
- 4 EL Butter, gehäuft
- 4 EL Mehl, gehäuft

- 2 Zitronen
- 400 g saure Sahne oder Schmand
- 400 ml Wasser
- 200 ml Milch
- 3-4 EL Senf
- Salz und frisch gemahlener Pfeffer nach Geschmack

Zubereitung

1. **Bärlauch vorbereiten:** Die Stängel entfernen, grob vorschneiden und zusammen mit gehacktem Knoblauch und Olivenöl in einer Küchenmaschine fein zerkleinern.
2. **Basis der Soße:** Zwiebel fein würfeln und in Butter glasig anschwitzen. Mehl hinzufügen, kurz einrühren und mit kochendem Wasser zu einer Mehlschwitze anrühren. Bei Bedarf mit Milch verdünnen und saure Sahne einrühren. Zitronensaft und Senf hinzufügen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. **Bärlauch einarbeiten:** Die Bärlauch-Knoblauch-Mischung unterheben und die Soße leicht aufkochen lassen.

Grüne Scherennudeln

- 500 g Spätzlemehl (Alternativ geht auch Typ 405)

- 1 TL Salz

- 250 ml kaltes Wasser

- Bärlauch oder Spinat

- 2 Knoblauchzehen

- Mehl, Salz und Wasser und ggf. Bärlauch oder Spinat in eine Schüssel geben und mit der Küchenmaschine gut miteinander vermengen (5-10 Minuten).
- dann den Teig etwa 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. 1 l Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen, noch einmal kurz durch kneten und mit einer leicht geölten Schere kleine Stücke vom Teig in den Topf schneiden.
- Die Nudeln bei mittlerer Hitze kochen lassen. Die Nudeln sind fertig, wenn sie im Topf aufsteigen.