



### Rucola-Salat mit frischen Feigen

- 150 g Rucola
- 4 frische Feigen
- 40 g Pinienkerne
- 50 ml **hegers deli**
- 80 g Blauschimmelkäse, gewürfelt

Den Rucola waschen und trocknen. Feigen aufschneiden. Pinienkerne ohne Fettzugabe rösten. Den Rucola auf Portionsteller geben und die Feigen und den Blauschimmelkäse darüber verteilen. Mit **hegers deli** beträufeln. Frisch gemahlene Pfeffer und Pinienkerne darüber streuen. Kali orixi!

**Tipp:** Natürlich schmeckt **hegers deli** auch zu allen anderen Blattsalaten. Das Wichtigste? Die Vorbereitung. Blattsalate erst zerteilen, eventuell vorhandenen Strunk entfernen. Die Salatblätter waschen und in einer Salatschleuder trocken schleudern. Je trockener die Blätter, desto besser nehmen sie das Dressing auf. Besonders große Blätter klein zupfen – bitte nicht mit einem Messer, sonst gibt's braune Schnittstellen.

Sie erwarten Gäste und haben wenig Vorbereitungszeit? Wenn Sie die Salatsoße zuerst in die Schüssel füllen und darauf ihr Salatgut schichten, können Sie den Salat bereits Stunden vorher zubereiten. Kurz vor dem Anrichten mit der Salat-Vinaigrette mischen und dann einfach genießen!

Zuviel Salat gekauft? Trotzdem verarbeiten. Was übrig bleibt, locker in große Gefriertüten füllen und im Gemüsefach aufbewahren. Sind Salatblätter oder Kräuter etwas welk, hilft ein kühles Wasserbad. Anschließend gut trockenschleudern.

[info@hegers-deli.de](mailto:info@hegers-deli.de)