# Gebratene Birne auf Wildkräutersalat

**Zutaten:**
**für 4 Personen:**
150 g Wildkräutersalat
2 Birnen
100 g Ziegenfrischkäse
2 EL gemischte Körner
(Kürbiskerne, Sonnenblumenkerne, Pinienkerne)
**für das Dressing**:
2 rote Zwiebeln
1 EL Öl
2 EL Agavendicksaft
80 ml Balsamicoessig
Salz und Pfeffer

**Zubereitung:**
Für das Dressing die Zwiebeln in Ringe schneiden. Das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Zwiebelringe darin glasig braten. Dann Agavendicksaft und Balsamicoessig hinzufügen und das Dressing etwa fünf Minuten einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Abkühlen lassen. Den Salat verlesen, waschen und trocken schleudern.

Die Birnen bei Bedarf schälen, je nach Größe vierteln oder achteln. Das Kerngehäuse entfernen und die Spalten in etwas Öl in einer Grillpfanne bei hoher Temperatur kurz anbraten.

Salat und Birnen auf vier Tellern anrichten. Den Ziegenfrischkäse in kleinen Stücken darauf verteilen. Das Dressing darüber träufeln und die Kerne über den Salat streuen.

Rezept und Foto: Kirstin Oelgemöller

© Verlag E.Holterdorf GmbH & Co. KG