

Blutorangensalat mit Topping

Rezept für 6 Personen

Zutaten Orangensalat:

- 3-4 Blutorangen, je nach Größe
- 3 Navel-Orangen
- 2 rosa Grapefruits
- 1-2 EL Zucker (je nach Süße der Orangen)
- 4 EL Orangenlikör
- 1 Gewürznelke
- ½ Zimtstange

Zutaten Topping:

- Griechischer Joghurt 10% Fett 1-2 EL pro Person
- Pistazienkerne

Zubereitung:

Den Saft von einer Orange auspressen. Von den anderen Orangen und den Grapefruits oben und unten einen Deckel abschneiden. Mit einem scharfen Messer die Schale mitsamt weißer Haut herunterschneiden, sodass das Fruchtfleisch frei liegt. Nun die Zitruschnitze zwischen den Trennhäuten herausschneiden. Dabei stets über einer Schüssel arbeiten, um den austretenden Saft aufzufangen. Das Fruchtfleisch in den übriggebliebenen Trennhäuten von Hand gut ausdrücken und zum aufgefangenen Saft geben.

Den ausgepressten sowie den aufgefangenen Saft mit dem Zucker und dem Orangenlikör in einen Topf geben. Gewürznelke und Zimt beifügen, alles aufkochen und etwa 5 Minuten offen leise kochen lassen, bis der Saft leicht dickflüssig wird. Vom Herd ziehen und erkalten lassen.

Die Fruchtfilets in eine Schüssel geben und mit dem Zitrusirup übergießen. Bis zum Servieren ziehen lassen.

Joghurt aufschlagen. Pistazienkerne grob hacken.

Vor dem Servieren Gewürznelke und Zimtstück entfernen. Fruchtfilets und Zitrusirup auf Dessertschalen verteilen. Jeweils 1-2 EL Joghurt als Topping darauf geben und mit gehackten Pistazien bestreuen.