



## Lukullus-Salat

---

### Zutaten: 4 Portionen

2 TL Instant Gemüsebrühe  
2 TL Senfkörner  
2 TL Sandorn-Sirup  
2 Tropfen Tabasco  
2 Prisen Salt & Pfeffer  
250g Zuckererbsen  
150g Physalis  
100g gegrillte Putenbrust  
1 Bund Kresse  
1 Bund Kerbel  
100g fettarmer Joghurt  
1 kleine Salatgurke  
1 EL mittelscharfer Senf

### Zubereitung | 40 Min.

Gemüsebrühe mit 4 EL heißem Wasser verrühren, etwas abkühlen lassen. Senfkörner in einer Pfanne ohne Fett rösten, herausnehmen.

Die Gemüsebrühe mit Sirup, Joghurt, Senf und Tabasco verrühren. Mit Pfeffer und Salz abschmecken. Geputzte Zuckererbsen im kochenden Salzwasser 3-4 Minuten garen, abschrecken und abtropfen lassen.

Die Physalis aus der Hülle lösen und halbieren. Gurke schälen, längs halbieren, entkernen und in Scheiben schneiden. Die gewaschenen Tomaten halbieren. Kerbel und Kresse waschen und abzupfen. Zuckererbsen, Tomaten, Gurke und Physalis mit der Salatsoße mischen und abschmecken.

Alles anrichten. Mit den Senfkörnern bestreuen und mit Kerbel und Kresse verzieren. Putenbrustscheiben leicht aufgerollt auf dem Salat verteilen.