

# JAKOBSNÜSSE AUF MANGO-FRÜHLINGSSALAT

---

## JAKOBSNÜSSE AUF MANGO-FRÜHLINGSSALAT

Zutaten für 4 Personen

Schwierigkeitsgrad: einfach

Zubereitungszeit: 40 Minuten

Menu: [14.05.2025](#)

Creation: [Jan Sobhani](#)

ZUTATEN für 4 Personen:

Salat

1 EL grobkörniger Senf  
3 EL Aceto balsamico bianco  
4 EL Olivenöl  
1 TL Paprika 1 TL Salz wenig Pfeffer  
150 g Jungspinat  
1 Mango, in Würfeln  
1 Bund Radiesli, in Vierteln  
1 Schalotte, in Ringen  
1 Bund Dill, grob geschnitten  
30 g Pekannüsse, grob gehackt, geröstet

Jakobsnüsse

1 EL Olivenöl  
8 Jakobsnüsse ohne Rogen (MSC)  
1 TL Salz

wenig Pfeffer

Salat

Senf und alle Zutaten bis und mit Pfeffer in einer Schüssel verrühren.  
Spinat, Mango, Radiesli, Schalotte und Dill begeben, mischen, auf Tellern anrichten.  
Pekannüsse darüberstreuen.

Jakobsnüsse

Öl in einer beschichteten Bratpfanne erhitzen. Hitze reduzieren,  
Jakobsnüsse beidseitig je ca. 2 Min. braten, würzen, auf dem Salat verteilen.