



Dinkelsalat mit Crumble von Salsiccia al Peperoncino Ticinese

Was wird benötigt (für 4 Portionen)

- 320g Dinkel
- 720g Grillwurst mit Tessiner Chili
- 400g grüne Bohnenkerne (auch tiefgekühlte)
- 2 Lauchstange
- n.b. Bund Pfefferminze
- n.b. Bund Petersilie
- n.b. Olivenöl extra vergine
- n.b. Salz

Zubereitung

1. Den Lauch waschen und in bis zur Hälfte des grünen Teils in Scheiben schneiden.
2. Den Darm von der Tessiner Chiliwurst abziehen und die Wurst in Scheiben schneiden.
3. Tessiner Chiliwurst in einer Pfanne mit etwas Olivenöl extra vergine 3 bis 4 Minuten braten, bis sie etwas gebräunt ist.
4. Wurst in eine grosse Schüssel geben, die Pfanne mit 2 weiteren EL Olivenöl zurück auf den Herd stellen und den Lauch 2 bis 3 Minuten anbraten.
5. Dinkel in ein feinmaschiges Sieb geben und unter fliessendem Wasser waschen, gut abtropfen lassen und in reichlich Salzwasser gemäss der Zeitangabe auf der Packung kochen.
6. Während der Dinkel kocht, die Bohnen ein paar Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren, abtropfen und die äusseren Häutchen entfernen.
7. Dinkel abgiessen und mit kaltem Wasser abkühlen, um den Garprozess zu stoppen.
8. Den Dinkel in die Schüssel mit dem Wurstcrumble geben, mit etwas Olivenöl beträufeln und mit den Bohnen und dem Lauch mischen.
9. Kräuter waschen, trocknen und hacken. Zum Salat geben, nochmals mischen und vor dem Servieren ein

paar Stunden an einem kühlen Ort durchziehen lassen.