Friseline mit Langustine und Basilikum

Kandierte Tomaten

1- Den Ofen auf 100 °C vorheizen.
2- Die Tomaten schälen, vierteln und entkernen.
3- Eine Ofenform mit Olivenöl bestreichen und die Tomatenstücke darauf verteilen. Salzen, pfeffern und mit etwas Zucker bestreuen.
4- Auf jedes Tomatenviertel ein kleines Stück Knoblauch und Thymian geben.
5- Im Ofen ca. 1h30 bei 100°C kandieren lassen.

Das Basilikum-Dressing

1- Die Basilikumblätter hacken.
2- Basilikumöl, Basilikumblätter und Balsamico-Essig mischen. Salzen und pfeffern.

Langustinen und Friseline

1- Den Friseline in Stücke schneiden und mit dem Dressing würzen. Einige ganze Blätter beiseitelegen, Sie brauchen sie später zum Anrichten des Salats.
2- Den Kopf von den Langustinen abtrennen und das Fleisch aus dem hinteren Teil lösen.
3- Die Langustinen in einer Pfanne im Olivenöl anbraten.

4 personen

- 3 Köpfe Friseline-Salat
- 20 Langustinen
- 3 Tomaten
- 1 Knoblauchzehe
- Olivenöl
- Thymian und Basilikumblätter
- Zucker

- 5 EL Basilikumöl
- 1 EL Balsamico
- Salzen und pfeffern