



Feigen und Walnuss-Amuse Bouche



Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie: 395 kcal/1635 kJ
Eiweiß: 19,2 g Fett: 28 g
Kohlenhydrate: 16 g

Zubereitung:

1. Walnuskerne kurz fettlos in einer Pfanne rösten. Zum Auskühlen auf einen Teller schütten.
2. Feigen abspülen, trockentupfen und vierteln. Fruchtfleisch mit Balsamicoessig beträufeln. Parmaschinken in Stücke teilen und locker auf vier Teller verteilen. Die Feigenviertel hübsch angeordnet darauf setzen.
3. Gorgonzola in Stückchen teilen und darüber streuen. Auf jedes Feigenviertel eine Walnusshälfte geben.

Tipp: Dazu Baguette reichen.

Zutaten für 4 Portionen :

100 g kalifornische Walnuskerne
8 Feigen
4 TL Balsamicoessig
16 Scheiben Parmaschinken, dünn geschnitten
(ca. 125 g)
100 g Gorgonzola