



## Chabissalat mit Olivenöl und Croûtons (und Schüblig)

«Menschen, die sich mit Kabis und Olivenöl in der Waage halten, denen geht es eigentlich immer gut»

Das sagt Celina Degen, die diese Philosophie vom Benediktinerpater Thomas Häberle, dem "Kabispater", erfahren hat und Mitbegründerin des Vereins "Thomas Häberle OSB" ist.

Pater Thomas trat 1936 ins Kloster Disentis ein und wirkte danach lange Zeit im Kloster St. Johann in Müstair. Er erkannte die wohltuende Wirkung von Kabis und Olivenöl auf den menschlichen Organismus und wandte dies in seinen Therapien erfolgreich an.

In der Küche ist die Kombination von Olivenöl und Chabis vielleicht etwas gesucht, doch harmoniert beides nicht nur im therapeutischen Sinne, sondern auch geschmacklich sehr gut zusammen. Der Salat passt sehr gut zu Wurst und ein paar Croûtons sind eine feine Garnitur dazu.

### Zutaten (1 Portion)

250g	Weisschabis
1dl	Olivenöl
2El	weisser Balsamico
1Tl	Kreuzkümmel
1Tl	Kräutersalz
1/4	Weggli

### Zubereitung

Chabis in Viertel schneiden, den Strunk herausschneiden und quer in ca. 2cm breite Streifen schneiden. Die dicken Blattansätze etwas feiner schneiden.

Oliovenöl in einer Bratpfanne mässig erhitzen, Chabis zugeben und mit zerstoßenem

Kümmel und Kräutersalz würzen. Unter stetigem Wenden ca. 5 Minuten dünsten. Der Chabis darf dabei aber keine Bratspuren annehmen und sollte etwas weicher werden, aber noch immer guten Biss bewahren.

Weggli in knapp 1cm grosse Würfel schneiden und in Butter unter häufigem Wenden rösten, bis sie schöne, braune Bratspuren annehmen.

In eine Schüssel geben, Balsamico zugeben und mit Pfeffer abschmecken und auskühlen lassen. Der Salat sollte vor dem Genuss mindestens 1 Stunde ziehen. Beim Anrichten mit den Croûtons bestreuen.



