Rezept

Wurstsalat mit Rettich

Ein Rezept von Wurstsalat mit Rettich, am 06.05.2024

Zutaten

1	rote Zwiebel
	4-5 EL Kräuter- oder Rotweinessig
1 EL	Zucker
300 g	fettarme Lyoner oder Schinkenwurst
1	gelbe Paprikaschote
	Salz
8 Scheiben	Roggenmisch- oder Steinofenbrot
1	Knoblauchzehe
1 Msp.	gemahlener Kümmel
2 EL	Öl (Raps- oder Distelöl)
200 g	Rettich
60 g	Rucola
	Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 520 kcal

Zubereitung

1. Zwiebel und Knoblauch schälen und beides fein würfeln. Mit 4 EL Essig, Kümmel, Zucker und Öl verrühren. Das Dressing ca. 10 Min. durchziehen lassen.

2. Die Wurst pellen. Den Rettich schälen. Beides in schmale Streifen schneiden. Die Paprikaschote halbieren, entkernen, waschen und in schmale Streifen schneiden. Wurst-, Rettich- und Paprikastreifen mit dem Dressing mischen und ca. 10 Min. ziehen lassen.

3. Den Rucola verlesen, waschen und trocken schleudern. Grobe Stiele entfernen und die Blätter nach Belieben klein zupfen oder grob hacken. Den Salat mit Salz, Pfeffer und 1 EL Essig würzen. Den Rucola unterheben. Den Salat mit Roggenmisch- oder Steinofenbrot servieren.