

Rezept

# Blattsalate mit Parmesan

Ein Rezept von Blattsalate mit Parmesan, am 15.10.2024

## Zutaten

<b>1</b> kleiner Eichblatt- oder Burgundersalat	<b>1</b> kleiner Radicchio
<b>1 Bund</b> Rucola	<b>4</b> Stängel Zitronenmelisse
<b>200 g</b> Kirschtomaten	<b>2 TL</b> Honigsenf
<b>3 EL</b> Zitronensaft	Salz
Pfeffer	<b>8 EL</b> Olivenöl
<b>100 g</b> Parmesan (am Stück)	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 315 kcal

## Zubereitung

1. Die Salatblätter auseinanderlösen, Rucola von welken Blättern und groben Stielen befreien. Salatblätter und Rucola waschen, trockenschleudern und in mundgerechte Stücke zupfen. Die Melisse waschen, trockenschütteln und in feine Streifen schneiden. Tomaten waschen und halbieren.
2. Salat, Rucola, Zitronenmelisse und Tomaten locker mischen.
3. Für die Salatsauce Senf mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer verrühren, das Öl unterschlagen. Den Parmesan in Späne hobeln. Vor dem Essen Sauce über dem Salat verteilen und die Parmesanspäne aufstreuen.