Rezept

Bunter Salat mit Bärlauch-Vinaigrette

Ein Rezept von Bunter Salat mit Bärlauch-Vinaigrette, am 05.07.2025

Zutaten

1	kleiner Lollo bianco
100 g	Löwenzahn
1	gelbe Paprikaschote
4 EL	Weißweinessig
	Salz
1 TL	Zucker
250 g	Mozzarella
250 g	Brunnenkresse
1	kleiner Kohlrabi
25 g	Bärlauch
1-2 EL	Worcestersauce (ersatzweise Sojasauce)
	frisch gemahlener Pfeffer
5 EL	Rapsöl
	Kapuzinerkresseblüten und kleine Bärlauchblätter zum Garnieren

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 330 kcal

Zubereitung

1. Salate waschen, putzen und trockenschleudern. Kohlrabi schälen, vierteln und in dünne Scheiben hobeln. Paprika putzen, waschen und entkernen. Paprika in dünne Ringe schneiden.

2. Bärlauch waschen, trockentupfen und putzen. Bärlauch sehr fein hacken. Essig, Worcestersauce, 2 EL heißes Wasser, Salz, Pfeffer und Zucker verrühren. Bärlauch unterheben, Öl kräftig unterrühren. Vinaigrette abschmecken.

3. Mozzarella in Würfel schneiden. Alle Zutaten vorsichtig mit der Vinaigrette mischen. Salat anrichten und mit Kapuzinerkresseblüten und Bärlauch garnieren.