

Rezept

Bunter Sommersalat

Ein Rezept von Bunter Sommersalat, am 01.10.2023

Zutaten

250 g gemischte Blattsalate (z. B. Romana, Rucola, Eichblattsalat)	200 g Kirschtomaten
1 rote Spitzpaprikaschote	1 Mini-Salatgurke (ca. 200 g)
1 Bund Frühlingszwiebeln	1 gelbgrüne Spitzpaprikaschote
Salz	4 EL Weißweinessig
2 TL scharfer Senf	Pfeffer
6 EL Öl, z. B. Rapsöl	1-2 TL flüssiger Honig
	1 Bund Kräuter (z. B. Petersilie, Estragon, Schnittlauch, Basilikum)

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 205 kcal

Zubereitung

1. Die Blattsalate putzen, waschen, trocken schleudern und zerpflücken. Die Tomaten waschen und vierteln. Die Gurke schälen, längs halbieren und in Scheibchen schneiden. Die Paprikaschoten waschen, putzen und in sehr kleine Würfel schneiden. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in feine Ringe schneiden.
2. Für das Dressing Essig, 4 EL Wasser, Salz, Pfeffer, Senf und Honig in einer großen Schüssel verrühren. Das Öl darunterschlagen.
3. Die Kräuter waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen, fein hacken und unterheben.
4. Alle Salatzutaten in die Schüssel zum Dressing geben und behutsam darin wenden. Sofort servieren.