

### Rezept

## **Caesar Salad**

Ein Rezept von Caesar Salad, am 23.05.2025

#### Zutaten

2 Scheiben altbackenes Toastbrot

10 EL Olivenöl

2 EL Zitronensaft

Salz, frisch gemahlener Pfeffer

2 Tomaten

8 Sardellen (in Öl)

1 Knoblauchzehe

2 sehr frische Eigelb (Größe M)

2-3 Spritzer Worcestersauce (nach Belieben)

1 kleiner Romanasalat

1 kleiner Romanasalat

1 Stück Parmesan (ca. 30 g)

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 490 kcal

# **Zubereitung**

- 1. Vom Toastbrot die Rinde abschneiden und die Scheiben in kleine Würfel schneiden. Die Knoblauchzehe schälen und mit dem Messerrücken zerdrücken. 2 EL Olivenöl in einer großen Pfanne erwärmen, Brotwürfel und Knoblauch dazugeben und in 5-6 Min. unter regelmäßigem Rütteln der Pfanne zu goldbraunen Croûtons braten. Beiseitestellen.
- 2. Für das Dressing die Eigelbe mit dem Zitronensaft in einen hohen Becher geben und mit dem Pürierstab 3 Min. schaumig aufschlagen. Das übrige Öl (8 EL) erst tröpfchen-, dann esslöffelweise untermixen, bis eine cremige Emulsion entsteht. Mit Worcestersauce nach Belieben und mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken.
- 3. Den Salat waschen, in mundgerechte Stücke zupfen und in einem Sieb abtropfen lassen. Die Tomaten waschen, achteln und dabei die Stielansätze entfernen. Die Avocado der Länge nach rundherum bis zum Kern einschneiden, die Hälften gegeneinanderdrehen und so voneinander lösen. Den Stein entfernen. Das Avocado-Fruchtfleisch mit einem Löffel aus den Schalen lösen und klein würfeln. Die Sardellen abtropfen lassen und klein schneiden.
- 4. Den Romanasalat in einer Schüssel mit Tomaten, Avocadostückchen, Sardellen und dem Dressing mischen und auf vier Schüsseln verteilen. Die Croûtons darüberstreuen und den Parmesan mit dem Sparschäler darüberhobeln.