

## Rezept

# Low Carb Big Mac Salat

Ein Rezept von Low Carb Big Mac Salat, am 24.04.2024

## Zutaten

- |                                |                              |
|--------------------------------|------------------------------|
| <b>1</b> kleiner Eisbergsalat  | <b>210 g</b> Gewürzgurken    |
| <b>250 g</b> Bacon             | <b>1</b> Zwiebel             |
| <b>600 g</b> Rinderhackfleisch | <b>150g</b> Scheiblettenkäse |

### Für das Dressing

- |                           |                       |
|---------------------------|-----------------------|
| <b>2-3 EL</b> Tomatenmark | <b>2-3 EL</b> Schmand |
| <b>2-3</b> Mayonnaise     | Currypulver           |
| Paprikapulver             | Salz                  |
| Pfeffer                   |                       |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** 4 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 802 kcal, 58 g F, 58 g EW, 11 g KH

## Zubereitung

1. Eisbergsalat waschen, trocken schleudern und klein schneiden. Gewürzgurken abtropfen lassen und würfeln.

---

2. Bacon in einer heißen Pfanne ohne Fett 4-5 Minuten knusprig anbraten.

---

3. Zwiebel schälen und fein hacken. Mit dem Hackfleisch und etwas Öl ca. 10 Minuten anbraten.

---

4. Käsescheiben in mundgerechte Stücke zupfen. Alles zusammen in einer Schale verteilen.

---

5. Für das Dressing alle Zutaten miteinander verrühren und ggf. mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dressing über den Salat gießen und vermengen.