Rezept

Low Carb Big Mac Salat

Ein Rezept von Low Carb Big Mac Salat, am 12.10.2024

Zutaten

1	kleiner Eisbergsalat
250 g	Bacon
600 g	Rinderhackfleisch
210 g	Gewürzgurken
1	Zwiebel
150g	Scheiblettenkäse

Für das Dressing

2-3 EL	Tomatenmark
2-3	Mayonnaise
	Paprikapulver
	Pfeffer
2-3 EL	Schmand
	Currypulver
	Salz

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.