Rezept

Romana-Salat mit Roquefort und Walnüssen

Ein Rezept von Romana-Salat mit Roquefort und Walnüssen, am 12.10.2024

Zutaten

3	Salatherzen (Romana)
50 g	Walnüsse
100 g	Mayonnaise (fettreduziert)
2 EL	Zitronensaft
	schwarzer Pfeffer
1	rote Zwiebel
175 ml	Buttermilch
50 g	Magerquark
	Salz
50 g	Roquefort

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 579 kcal

Zubereitung

1. Den Salat putzen, waschen und trocken schleudern. Die Salatblätter in mundgerechte Stücke schneiden. Die Zwiebel abziehen und in dünne Ringe schneiden. Die Walnüsse grob hacken. Alles in eine Schüssel geben.

2. Für das Dressing in einer Schüssel Buttermilch, Mayonnaise, Quark, Zitronensaft, Salz und Pfeffer verquirlen. Die Sauce gründlich unter den Salat mischen.

3. Den Salat auf zwei Teller anrichten und den Roquefort-Käse darüberbröseln.