

Rezept

Rucolasalat mit Parmesanchips

Ein Rezept von Rucolasalat mit Parmesanchips, am 24.09.2023

Zutaten

100 g Parmesan am Stück	2 EL Kürbiskerne
1 EL Semmelbrösel	600 g Eiertomaten
2 Bund Rucola	2 EL Weißweinessig
1 EL Aceto balsamico	1/2 TL Zucker
1/2 TL mittelscharfer Senf	4 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer
Backpapier für die Backbleche	

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN für 8 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 120 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180° vorheizen. 2 Backbleche mit Backpapier belegen. Den Parmesan fein reiben, die Kürbiskerne grob hacken und beides mit den Semmelbröseln mischen. Aus der Masse mit einem Löffel 20 Häufchen mit etwas Abstand auf die Bleche setzen und zu ca. 5 cm großen Talern ausstreichen. Im Ofen (Mitte, Umluft 160°) in ca. 6 Min. goldbraun backen. Herausnehmen und abkühlen lassen.
2. Inzwischen die Tomaten waschen und in Scheiben schneiden. Rucola waschen, die groben Stiele entfernen und die Blätter in mundgerechte Stücke zupfen. Beides in einer Schale verteilen und zugedeckt beiseitestellen.
3. Beide Essigsorten mit Zucker, Senf, Öl, 2 EL Wasser und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer in ein dicht schließendes Schraubglas geben, kräftig schütteln und beiseitestellen. Das Dressing vor dem Servieren noch einmal kräftig schütteln, über den Salat träufeln und die Parmesanchips dazwischenstecken.