

Rezept

Salat mit Ziegenkäse, Trauben und Walnüssen

Ein Rezept von Salat mit Ziegenkäse, Trauben und Walnüssen, am 28.06.2026

Zutaten

1 Römersalat	1/2 Bio-Salatgurke
1 kleine rote Zwiebel	200 g Kirschtomaten
80 g blaue Weintrauben	100 g Ziegenweichkäse (von der Rolle)
2 EL Walnusskerne	1 EL Bio-Apfelessig
1 EL Senf (ohne Zucker)	3 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 38 g F, 12 g EW, 14 g KH

Zubereitung

1. Den Römersalat waschen, putzen, längs vierteln und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Gurke waschen, putzen und in 1 cm große Würfel schneiden. Zwiebel schälen, halbieren und in feine Spalten schneiden. Die Tomaten und Trauben waschen und halbieren.
2. Den Ziegenkäse grob würfeln, die Walnüsse grob hacken. Beides mit den übrigen vorbereiteten Zutaten in einer Schüssel mischen.
3. Apfelessig mit Senf und Öl verrühren. Das Dressing mit Salz und Pfeffer würzen und in die Schüssel geben. Alles vorsichtig, aber gründlich vermischen.