

Rezept

Schnelle Gemüse-Brotchips-Salat

Ein Rezept von Schnelle Gemüse-Brotchips-Salat, am 30.06.2026

Zutaten

200 g Ciabatta	1 Knoblauchzehe
7 EL Olivenöl	Salz
6 EL Aceto balsamico	2 EL Rotweinessig
Pfeffer	1 TL Zucker
600 g kleine Strauchtomaten	1 Bio-Salatgurke (ca.300 g)
1 rote Zwiebel	50 g italienischer Hartkäse (am Stück)
4 Stiele Basilikum	50 g entsteinte schwarze Oliven
2 EL Kapern (aus dem Glas)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 390 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 220° vorheizen. Das Ciabatta in dünne Scheiben schneiden und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Den Knoblauch schälen, zerdrücken und mit 4 EL Öl und etwas Salz verrühren. Die Brotscheiben damit beträufeln und im Ofen (Mitte) 5 - 6 Min. rösten.
2. Inzwischen beide Essigsorten, 100 ml Wasser, Salz, Pfeffer und Zucker verrühren, das übrige Öl unterschlagen. Tomaten und Gurke putzen, waschen und in dünne Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen und in feine Ringe hobeln. Den Käse in Späne hobeln. Das Basilikum waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen.
3. Oliven, Kapern, Tomaten, Gurken und Zwiebel in der Vinaigrette wenden. Brotscheiben in Stücke brechen und untermischen. Salat mit Käse und Basilikum bestreut sofort anrichten.