

Rezept

Schneller Lollo bianco mit Oliven und Paprika

Ein Rezept von Schneller Lollo bianco mit Oliven und Paprika, am 17.06.2025

Zutaten

1 Kopf Lollo bianco

1 kleine Zwiebel

2 EL entsteinte schwarze Oliven

Salz

1-2 EL Weinessig

je 1 rote und gelbe Paprikaschote

1 Knoblauchzehe

1 EL frische Thymianblättchen (ersatzweise 1/2 TL getrockneter Thymian)

Pfeffer

6 EL Olivenöl

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 170 kcal

Zubereitung

- 1. Den Lollo bianco zerpflücken, putzen, waschen und trockenschleudern. Die Blätter in mundgerechte Stücke zupfen und auf vier Teller verteilen. Die Paprikaschoten waschen, vierteln, von Stielansätzen, Kernen und inneren Trennwänden befreien und in dünne Streifen schneiden. Über den Salat verteilen.
- 2. Zwiebel und Knoblauch schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Hälfte der Oliven klein würfeln. Den Thymian hacken. Alles mit Salz, Pfeffer und Essig verrühren, dann das Olivenöl untermischen. Die Sauce über den Salat verteilen. Mit den restlichen Oliven garniert servieren.