Rezept

Sommersalat mit Knoblauchcroûtons

Ein Rezept von Sommersalat mit Knoblauchcroûtons, am 12.10.2024

Zutaten

- **1** Knoblauchzehe
- **1 EL** Rotweinessig
- **4 EL** Olivenöl
- Pfeffer
- **1** Römersalat
- **2** große Fleischtomaten
- **1** Knoblauchzehe
- **3 EL** Pinienkerne
- **100 ml** Tomatensaft
- **1 EL** Honig
- Salz
- ½ Bund Basilikum
- **1 Bund** Rucola
- **3** dicke Scheiben Weißbrot
- **4 EL** Olivenöl

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 380 kcal

Zubereitung

1. Für den Salat den Knoblauch schälen, durch die Presse drücken und gut mit Tomatensaft, Essig und Honig verrühren. Dann das Öl nach und nach unterschlagen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Basilikumblättchen von den Stängeln zupfen und grob zerschneiden, unter das Dressing mischen.

2. Den Römersalat zerpflücken, putzen, waschen, trockenschleudern und in breite Streifen schneiden. Den Rucola verlesen, waschen, trockenschleudern und harte Stiele abschneiden. Tomaten waschen und in dünne Spalten schneiden, dabei die Stielansätze entfernen.

3. Für die Croûtons das Brot in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Brotwürfel, Knoblauch und Pinienkerne dazugeben und unter Rühren bei mittlerer Hitze knusprig braun braten. Vom Herd nehmen.

4. Den Römersalat, den Rucola und die Tomaten mit dem Dressing mischen. Die warmen Croûtons darauf verteilen, sofort servieren.