

Rezept

Tomaten-Rucola-Salat

Ein Rezept von Tomaten-Rucola-Salat, am 04.10.2023

Zutaten

1 EL Pinienkerne	2 kleine Tomaten
4 Mini-Mozzarella	1 Frühlingszwiebel
1 kleiner Bund Rucola	2 Stängel Basilikum
1 EL Weißweinessig	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer
1 Prise Zucker	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Person | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 390 kcal

Zubereitung

1. Pinienkerne in einer heißen Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, herausnehmen. Tomaten waschen, vierteln, von den Stielansätzen befreien und quer halbieren. Mozzarella mit einem Küchentuch trocken tupfen und nach Belieben vierteln. Die Frühlingszwiebel putzen, waschen und mit dem Grün in feine Ringe schneiden. Rucola und Basilikum waschen und trocken schütteln. Rucola in kurze Stücke schneiden, Basilikum hacken.
2. Den Essig mit dem Öl verrühren, mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Alle Zutaten mit dem Dressing mischen, kurz ziehen lassen und eventuell noch mal abschmecken.