

Rezept

Wurstsalat mit Tomaten

Ein Rezept von Wurstsalat mit Tomaten, am 15.04.2026

Zutaten

- | | |
|--|---|
| 250 g Regensburger (ersatzweise Fleischwurst) | 300 g Tomaten |
| 1 Stück Salatgurke (etwa 150 g) | 2 EL Balsamico bianco (ersatzweise Apfelessig) |
| 1 TL scharfer Senf | Salz |
| Pfeffer, frisch gemahlen | 1 EL TK-Kräuter (italienische Mischung mit roten Zwiebeln) |
| 2 EL Rapsöl (ersatzweise Sonnenblumenöl) | |

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 465 kcal

Zubereitung

1. Die Wurst häuten und in dünne Scheiben schneiden. Die Tomaten waschen, putzen und klein würfeln. Die Gurke schälen oder waschen, längs vierteln und quer in dünne Scheiben schneiden.

2. Den Essig mit Senf, Salz, Pfeffer und Kräutern gründlich verrühren. Das Öl unterschlagen.

3. Wurst, Tomaten, Gurke und die Sauce mischen und abschmecken. Kurz ziehen lassen oder gleich servieren.