



Rezept Bauernsalat griechischer Art

Zutaten:

- 1 Eisbergsalat
- ½ Gurke
- 4 Tomaten
- 1 gelbe Paprika
- 100 g Schafskäse
- 80 g schwarze Oliven
- ½ rote Zwiebeln

Für das Dressing:

- 100ml Apfelessig
- 150ml Olivenöl
- 1 EL Senf
- Salz
- Pfeffer



Zubereitung:

Zu Beginn werden die einzelnen Blätter vom Salatkopf entfernt. Hierzu wird der Strunk des Salats herausgeschnitten. Die entfernten Salatblätter werden anschließend unter fließendem lauwarmen Wasser gewaschen. Die gewaschenen Blätter werden nun trocken getupft ggf. trocken geschleudert. Die Paprika wird geviertelt und das Innenleben entfernt. Unter fließendem Wasser werden nun die geviertelte Paprika, die Tomaten und die Gurke gewaschen.

Als Nächstes werden die Blätter des Eisbergsalats in kleine Stücke gerissen. Diese Salatstücke werden als Grundlage auf einer Servierplatte verteilt. Danach wird die Gurke und die Tomaten in Scheiben geschnitten und wahllos auf den Eisbergsalat gegeben. Danach werden die Paprikaviertel in kleine Würfel geschnitten und über dem Salat verteilt. Auch der Schafskäse wird in Würfel geschnitten und auf der Platte angerichtet. Anschließend wird die Zwiebel von Ihrem äußeren Mantel befreit und ebenfalls in Scheiben geschnitten. Die entstehenden Zwiebelringe werden auf dem Salat verteilt. Als Letztes werden die Oliven über dem Salat verstreut.

Das Dressing wird in einer sauberen Flasche hergestellt. Dazu Essig, Öl und Senf in die Flasche geben. Die Flasche wird anschließend verschlossen und gut geschüttelt, sodass eine gleichmäßige Lösung entsteht. Das Dressing wird nun mit Salz und Pfeffer abgeschmeckt, wahlweise können auch noch Kräuter zugegeben werden. Nachdem das Dressing angesetzt wurde, kann es über dem Salat gegossen werden.

