

Sommersalat mit Essig-Öl-Dressing und Röstbrotwürfeln

Zutaten für 1 Portion:

50 g Salat
1-2 Radieschen

Zutaten für das Salatdressing:

3 g Öl (1 TL)
1 TL Obstessig (wenig Salz)
Pfeffer
1 kl. Prise Zucker
2 g gehackte Kräuter
½ TL Senf

Für die Röstbrotwürfel:

¼ Weißbrotscheibe (8g)
5 g Margarine

Zubereitung:

Weißbrot in Würfel schneiden. Margarine in einer beschichteten Pfanne zerlassen. Brotwürfel darin bei mittlerer Hitzezufuhr unter ständigem Wenden goldgelb anrösten und abkühlen lassen.

Den Salat zerpfücken, Radieschen in dünne Scheiben schneiden. Die Zutaten für das Salatdressing miteinander verrühren und mit dem Salat vermengen. Röstbrotwürfel über dem Salat verteilen.

Tip: *Es eignet sich Feldsalat, Eichblattsalat, Kopfsalat oder Eisbergsalat.*

Croutons gibt es auch fertig zu kaufen.

Nährwerte: 1 Portion: 90 kcal, 1 g E, Kalium 150 mg, Phosphat 25 mg

Einen guten Appetit!!