

Gemüse bringt's

Die Gemüsebox im Abonnement

Feldsalat mit Speck und Röstbrot

Zutaten: 125 g Feldsalat, 35 g ger. Speck, 1 Scheibe Toastbrot, 1/2 TL Sonnenblumenkerne, 1 kleine Knobzehe, 1/2 Zwiebel, 1 EL Öl, 1 EL Essig, 1/2 TL Senf, Salz und Pfeffer, frische Gartenkräuter

Zubereitung: Den Feldsalat putzen, waschen und die Wurzeln entfernen. Das Toastbrot tosten und in kleine Würfel schneiden. Den Knoblauch und die Kräuter (Petersilie, Schnittlauch) fein hacken. Die Zwiebel in Würfel schneiden. Den Speck fein würfeln.

Den Speck und die Toastbrotwürfel in einer Pfanne knusprig braten, dann den Knobi und die Sonnenblumenkerne dazugeben und kurz mitbraten.

Aus Essig, Öl, Kräutern, Senf und Zwiebel eine Salatsoße anrühren und mit Salz, Pfeffer und Paprika rosenscharf abschmecken.

Feldsalat mit dem Dressing vermischen und die Speck- und Toastwürfel darüberstreuen. Sofort servieren.

Guten Appetit wünscht Ihr **Gemüse bringt's** -Team

www.gemuese-bringts.com, Tel. 02525-2560 (Telefonzeiten Di. und Do. 9 - 12 Uhr)