

Sommersalat



Zubereitung

Zutaten Sommersalat

- 1 BIO Mini-Lattich
- 100 g BIO Salatspinat
- ½ Cicerino Rosso
- 100 g BIO Rucola
- ¼ Bund Peterli
- 1 Bund BIO Radiesli
- 1 BIO Peperoni, gelb
- 8 BIO Aprikosen
- 250 g BIO Himbeeren
- 50 g BIO Feta

Zubereitung Sommersalat

Lattich und Cicerino Rosso in mundgerechte Stücke schneiden, Peterli hacken. Die Peperoni entkernen und in ca. 1 cm grosse Würfel schneiden. Die Radiesli in Scheiben schneiden. Die Aprikosen halbieren, Stein entfernen und in einer Grillpfanne oder beschichteten Pfanne kurz anbraten. Feta mit den Händen zerbröseln.

Zutaten Kräuterdressing

- 4 EL Tafelessig, weiss
- 4 EL Schweizer Rapsöl
- 150 ml Gemüsebouillon
- 150 g Blanc battu
- 1 EL grobkörniger Senf
- je 2 Stängel Dill, Kerbel, Peterli, Majoran
- 1 BIO Knoblauchzehe
- Salz, Pfeffer

Zubereitung Kräuterdressing

Die Gemüsebouillon aufkochen, Essig und Öl dazugeben und auskühlen lassen. Die Kräuter fein hacken, den Knoblauch schälen und pressen. Alle Zutaten mit einem Schwingbesen gut verrühren, nach Bedarf abschmecken.

Zutaten Gefüllte Tomate

Gefüllte Tomaten

Zubereitung Gefüllte Tomate

Dazu passen die gefüllten Tomaten.