

Salat mit Karden, Tomaten und Basilikum

Kategorie: 02) Vorspeisen kalt/Salate

Rezept Nr.: 473

Portionen: 4

Zutaten	Mengen	Bemerkungen	Links
Karden	1 kg	à blanc	à blanc
Tomaten	3 Stück		
Zitronensaft			
Basilikum	2 EL	gehackt	
Olivenöl			

Zubereitung

1. Die Karden vorbereiten und "à blanc" weich kochen, abgießen und abkühlen lassen
2. Die Tomaten, das Basilikum und die Karden vermischen, salzen. Zitronensaft und Olivenöl aufschlagen, dass sie sich gut vermischen und über die Gemüse geben.

Eignet sich als Vorspeise, aber auch als Beilage zu gegrilltem Fisch oder Fleisch.

Als Beilage reichen die angegebenen Mengen für 6 - 8 Portionen.



Notizen
