



Sommersalat mit Himbeeren

Zutaten für 4 Portionen:

- 4 Tomaten
- 400 g Himbeeren
- 2 Kugeln Büffel-Mozzarella
- 1 rote Zwiebel
- 4 Handvoll frische Spinatblätter
- 4 Handvoll Rucola
- 8 EL Kichererbsen (aus der Dose)
- 4 EL Apfelessig naturtrüb
- 4 EL Kürbiskernöl
- Kräutersalz



Zubereitung:

1. Tomaten waschen, Stielansätze herausschneiden und achteln.
2. Mozzarella in Würfel schneiden. Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden.
3. Spinatblätter und Rucola waschen, trockentupfen und auf 4 Tellern anrichten. Für das Dressing Essig, Öl und Kräutersalz verrühren.
4. Tomaten, Mozzarella, Kichererbsen, Zwiebelringe und Himbeeren auf den Tellern verteilen. Zum Schluss das Dressing über die angerichteten Salatzutaten träufeln.

Ich wünsche Ihnen guten Appetit!

Ihre Elisabeth Polster
ESSGENUSS & LEBENSFREUDE

www.elisabethpolster.at