

Tomatensalat mit Chicorée



Zutaten für drei Personen:

1 große Fleischtomate

1 Chicorée

6-9 schwarze Oliven

Vinaigrette:

Salz, Pfeffer aus der Mühle

1 Prise Zucker

1 EL Sherry-Essig

2 EL neutrales Öl

1 EL Schnittlauchröllchen

Vinaigrette-Variante:

1 Msp Salz, Pfeffer

eine Prise Zucker

1 EL Apfelessig

1 EL neutrales Öl

1 EL Walnussöl

1 EL Orangensaft

1. Tomate waschen und häuten. Halbieren und in Scheiben schneiden.

2. Bei dem Chicorée den Strunk entfernen, waschen und in feine Streifen schneiden. Schnittlauch waschen und in Röllchen schneiden.

3. Vinaigrette rühren und über den Salat gießen. 20 Minuten ruhen lassen.

4. Dazu länglich geschnittene Scheiben Röstbrot reichen.

Hinweise:

Chicorée eventuell 30 Minuten wässern, das nimmt etwas von den Bitterstoffen weg.

Dieser Salat hält sich am Buffet länger frisch als Salate mit grünen Blättern.

Schlagworte:

leicht, Zubereitung ca. 15 min, Gesamtzeit ca. 25 min, Partygerichte, kaltes Buffet, Vorspeisen, Salate, vegetarisch, italienisch

Rezept: Kerstin, Foto: Walter Stand 12.06.2024