



Zutaten für 4 Personen



1 Kopf Lollo Bionda Salat



1 Bund Radieschen



1 Karotte



5 EL Olivenöl



2 EL Zitronensaft
aus einer frischen Zitrone



Jodsalz mit Fluorid



Pfeffer



1 Prise Zucker

Blattsalat mit Radieschen und Zitronen-Olivenöl-Vinaigrette

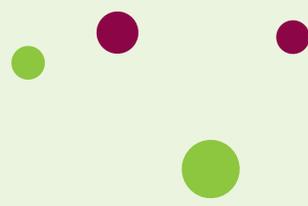


Küchenwerkzeuge ⌚ Zeit 15 min

- Schüssel
- ggf. Salatschleuder
- Küchenmesser
- Schneidebretter
- Zitronenpresse
- Tasse/kleines Schälchen
- Löffel

* Variation

Die Vinaigrette mit Schnittlauch
oder Zitronenmelisse verfeinern
oder ein Honig-Senf-Dressing
probieren.



www.in-form.de
www.diekuechenpartie.de

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Blattsalat mit Radieschen und Zitronen-Olivenöl-Vinaigrette



Zubereitung für 4 Personen

- 1** Salatblätter vom Strunk zupfen, waschen, trocken-schleudern und klein reißen oder schneiden.
- 2** Radieschen waschen, putzen und in dünne Scheiben schneiden.
- 3** Karotte schälen, waschen und in dünne Scheiben schneiden.
- 4** Zitrone halbieren, auspressen und 2 EL des Saftes in einer Tasse mit Olivenöl, Salz, Zucker und Pfeffer zu einem Dressing verrühren bis sich Salz und Zucker aufgelöst haben. Beim Servieren über den Salat geben.



Tipps + Tricks

- Selbstgemachte Salatsoßen aus Essig, Öl und Senf halten sich zwei bis vier Tage in einem fest verschlossenen Glas im Kühlschrank.
- Ungenutztes Dressing kann für die nächste Salat-creation mit etwas Honig, frisch gehackten Kräutern oder fein geschnittenen Frühlingszwiebeln variiert werden.

Eigene Notizen

zusammen**lecker**kochen

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages