



Salatvariationen

Einfach schöne Salatteller

Tomaten in Scheiben schneiden, Basilikum fein hacken, darübergeben, mit Mozzarellawürfeln bestreuen.

Gurke streifenweise schälen, längs halbieren, mit Teelöffel Kerne entfernen und von Hand in 3mm Scheiben schneiden

Rote Zwiebel fein würfeln und auf die Gurke setzen.

Olivenöl, weißer Balsamico, Pfeffer und Salz



Weißer und violetter Aubergine in Scheiben schneiden und vierteln. Mit Olivenöl auf dem Teppan anbraten, auskühlen lassen.

Mit geschnittenen roten, orangen, gelben und grünen Cocktailtomaten, in Würfel geschnittenem grünen Paprika, geachtelten Zwiebelringen und Basilikumblättern mischen.

Vinaigrette darübergeben.

Auch keine Lust, jeden Tag Salatsauce anzumachen?

Eine leere Ketchupflasche auswaschen. Saft einer Zitrone einfüllen, doppelt soviel von eurem Lieblingssessig dazugeben, Salz und Pfeffer sowie einen gehäuften Tl. Dijonsenf zugeben. Schütteln bis sich das Salz aufgelöst hat. Mit der 1 ½ fachen Menge Olivenöl auffüllen und im Kühlschrank aufbewahren. Vor Gebrauch gut schütteln. Tipp: doppelte Menge machen.