

Salat Rivamare

Insalata Rivamare



Zutaten für zwei Personen:

50 g Eissalat
30 g Feldsalat
25 g Rucola
2 EL Mais
4-6 schwarze Oliven
1 kleine Karotte
6 Kirschtomaten
1/4 einer Salatgurke
50-80 g Thunfisch in Lake
Weißbrotwürfel/Crouçons

Dressing:

Salz
Pfeffer aus der Mühle
3-4 EL Aceto Balsamico
5-6 EL Olivenöl

1. Eissalat in dünnere Streifen schneiden. Feldsalat und Rucola verlesen, beim Rucola die harten Stängel abschneiden. Alles gründlich waschen und in einer Salatschleuder trocknen.
2. Karotte schälen und in Julienne-Streifen hobeln. Kirschtomaten waschen und vierteln. Gurke schälen und in dickere Scheiben schneiden.
3. Thunfisch abtropfen lassen.
4. Weißbrotwürfel in Olivenöl rösten.
5. Alle Zutaten mit Ausnahme des Thunfisches und der Crouçons in

eine größere Salatschüssel geben. Kräftig salzen und pfeffern. Mit Balsamico und dem Olivenöl beträufeln und gut durchmischen.

6. Den abgetropften Thunfisch auflegen und die Crouçons auf dem Salat verteilen.

Hinweise:

Rezeptanregung und Foto aus dem Hotel Rivamare, Jesolo, Italien, Juni 2014.

Schlagworte:

leicht, Zubereitung ca. 20 min, große Salate, Fisch, Thunfisch, italienisch

Rezept und Foto: Walter
Stand 21.01.2023