

Mediterraner Brotsalat

Zutaten für drei bis vier Portionen:

- 300 g Ciabatta oder auch anderes altbackenes Brot
 - 2 - 3 EL Rapsöl
 - 100 g Pinienkerne / Walnüsse / Sonnenblumenkerne
 - 250 g Rucola
 - 250 g Kirschtomaten - halbiert
 - 100 g getrocknete Tomaten, in feine Streifen geschnitten
 - 1 große rote Zwiebel - halbiert und in Ringe geschnitten
 - 2 Knoblauchzehen - in feine Streifen geschnitten
 - 100 g Parmesan
 - Ca. 20 Blättchen Basilikum
-
- 6 EL Olivenöl
 - 4 EL dunklen Balsamico Essig
 - 1/2 TL Honig
 - 1/2 Zitrone, frisch gepresst
 - Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Die Pinienkerne / Samen in einer Pfanne sanft anrösten und zur Seite stellen.

Den gewaschenen Rucola in mundgerechte Größe zupfen, mit Tomaten, Zwiebel und Knoblauch mischen, Basilikum darauf verteilen. Das Brot in Würfel schneiden und im Öl anrösten, während die Vinaigrette zubereitet wird, damit es kross ist. Den Parmesan hobeln.

Aus den Zutaten die Vinaigrette mischen. Alle Zutaten erst kurz vor dem Servieren mischen.

