

Das Februar-Rezept 2018 der LandFrauen

Von Heidi Nuppenau vom KreisLandFrauenVerband Stormarn e. V.
www.landfrauen-stormarn.de

Ob als Vorspeise, zum Hauptgang oder leichtes Gericht zwischendurch, ein gemischter Eisbergsalat passt immer. Das entsprechende Rezept der LandFrauen aus dem Süden Schleswig-Holsteins ist für vier Personen ausgelegt.

Gemischter Eisbergsalat



Zutaten:

- 1 Kopf Eisbergsalat
- 150 g TK-Erbsen
- 1 rote Paprikaschote
- 125 g Gouda-Käse
- 200 g leichte Salatmayonnaise
- 100 g Schinkenwürfel

Zubereitung:

Den Eisbergsalat klein schneiden, in eine Schüssel geben. Die Erbsen darüber verteilen. Paprikaschote putzen, in Streifen schneiden, darüber schichten. Den Gouda in kleine Würfel schneiden, darüber geben. Die Salatmayonnaise über den Salat verteilen. Schinkenwürfel kurz anbraten, erkalten und abtropfen lassen. Anschließend über den Salat verteilen.

Mit Alufolie abdecken und über Nacht in den Kühlschrank stellen. Bevor der Salat in Portionsschalen gefüllt wird, durchmengen.

Guten Appetit!