

Brot-Salat mit getrockneten Tomaten und Basilikum

Zeit gesamt 25min



Zubereitungszeit 25min





Zutaten

für 4 Portionen Cherrytomaten 250 g Tomaten, getrocknet 100 g Mozzarella 2 St. Basilikum, frisch 20 g Frühlingszwiebeln 0.5 Bund 2 St. Ciabatta-Brot Butter 4 EL Kräuter der Provence, getrocknet Salz Olivenöl 2 EL Süßer Senf 1_{TL}

Balsamicoessig, dunkel

1 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

große Schüssel, große Pfanne, Küchenpapier

- 1. Cherrytomaten waschen und halbieren. Getrocknete Tomaten abtropfen lassen und in Streifen schneiden. Mozzarella abgießen und grob zerzupfen. Basilikum waschen, trocken schütteln und Blätter von den Stielen zupfen.
- 2. Frühlingszwiebeln waschen, trocken schütteln, Wurzelenden entfernen und grüne und weiße Teile getrennt voneinander in Ringe schneiden. Ciabatta grob würfeln.
- 3. In einer Pfanne Butter auf mittlerer Stufe erhitzen und Brotwürfel darin ca. 4 Min. goldbraun braten. Mit Kräutern der Provence und Salz würzen. Weiße Frühlingszwiebeln zugeben und nochmals ca. 2 Min. braten. Aus der Pfanne nehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.
- 4. In einer Schüssel Olivenöl mit süßem Senf und Essig verrühren. Alle Zutaten in der Schüssel mit dem Dressing vermengen und abschmecken. Brot-Salat mit getrockneten Tomaten und Basilikum auf Tellern verteilt servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	518 kcal
Kohlenhydrate	44 g
Eiweiß	22 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	30 g