Brotsalat mit Himbeeren

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
25min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Baguette	1 St.
Salatgurken	1 St.
Stangensellerie	0.25 St.
Petersilie, frisch	40 g
Zitronen	1 St.
Buttermilch	150 ml
Rapsöl	3 EL
Honig	1 TL
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Himbeeren, frisch	150 g
Pflücksalat	100 g
Parmesan	40 g

Zubereitung

Küchenutensilien

kleine Schüssel, Sieb, Salatschleuder, feine Reibe

1. Backofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Baguette grob würfeln und im vorgeheizten Backofen ca. 5 Min. anrösten.

2. Inzwischen Gurke schälen, halbieren, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Stangensellerie waschen und in feine Scheibchen schneiden. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und hacken. Zitrone heiß abwaschen, etwa 1 TL Schale fein abreiben, halbieren und Saft auspressen.

3. In einer Schüssel Petersilie, Buttermilch, Zitronensaft und -schale, Öl und Honig verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Dressing mit Gurke und Stangensellerie mischen, ca. 10–15 Min. durchziehen lassen.

4. Währenddessen Himbeeren waschen und abtropfen lassen. Salat waschen und trocken schleudern. Beides mit Baguette unter das Dressing heben. Parmesan über den Brotsalat mit Himbeeren reiben und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	276 kcal
Kohlenhydrate	34 g
Eiweiß	10 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	12 g