



# Chefsalat mit Cocktaildressing

Zeit gesamt  
25min

Zubereitungszeit  
25min

Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Eier	4 St.
Mais aus der Dose	285 g
Mini Romana	4 St.
Salatgurken	1 St.
Strauchtomaten	4 St.
Gouda, jung am Stück	100 g
Geflügelschinken	200 g
saure Sahne	100 g
Ketchup	2 EL
Öl	3 EL
Essig	2 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Paprika, edelsüß	

## Zubereitung

 Küchenutensilien

große Schüssel, kleiner Topf, Sieb

1. In einem Topf ca. 1 l Wasser aufkochen. Eier in das kochende Wasser geben und ca. 7 Min. garen. Eier abgießen, mit kaltem Wasser abschrecken, pellen und sechsteln.
2. Mais in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Salatblätter vom Strunk entfernen, in mundgerechte Stücke zupfen und im Sieb abwaschen. Gurke waschen, schälen und in dünne Scheiben schneiden. Tomaten waschen und in dünne Spalten schneiden. Käse entrinden und würfeln. Schinken aufrollen und in feine Streifen schneiden.
3. In einer Schüssel saure Sahne, Ketchup, Öl und Essig miteinander verrühren. Mit Salz, Pfeffer, Paprika abschmecken. Alle Zutaten in der Schüssel mit dem Dressing vorsichtig vermengen und auf Tellern verteilt servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Reiche zum Chefsalat ein paar Scheiben [Dinkel-Kerne-Brot mit Kräutern](#).

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	451 kcal		
Kohlenhydrate	24 g	Ballaststoffe	3 g
Eiweiß	26 g	Fette	28 g