

Fleischsalat mit Kräuter-Dressing

Zeit gesamt
20min



Zubereitungszeit
20min



Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Schalotten	1 St.
Gewürzgurken	4 St.
Dill, frisch	20 g
Petersilie, frisch	20 g
Schnittlauch, frisch	10 g
Fleischwurst am Stück	1 St.
Mini Romana	1 St.
Joghurt, natur	150 g
Mayonnaise	3 EL
Senf	1 TL
Öl	1 EL
Essig	1 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	

Zubereitung



Küchenutensilien

große Schüssel, Sieb

1. Schalotte halbieren, schälen und fein würfeln. Gewürzgurken klein würfeln. Dill, Petersilie und Schnittlauch waschen, trocken schütteln, grobe Stiele entfernen und fein hacken. Fleischwurst in Streifen schneiden. Salatblätter abtrennen, in mundgerechte Stücke zupfen, waschen und abtropfen lassen.

2. In einer Schüssel Joghurt, Mayonnaise, Senf, Öl, Essig, Salz und Pfeffer verrühren. Schalotte, Gewürzgurke, Kräuter, Fleischwurst und Salat in der Schüssel mit dem Dressing vermengen. Fleischsalat abschmecken und auf Tellern verteilt servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu passt eine Scheibe [Dinkel-Speck-Brot](#).

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	564 kcal
Kohlenhydrate	13 g
Eiweiß	27 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	45 g