

Zutaten für ca. 5 Personen:

150 g Ruccola, junge Blätter wählen

100 g Cocktailtomaten, Bio

1 St.Chilischote, gehackt

etwas Salz

30 ml Balsamico Essig, ein Guter „nicht zu sauer“ . . .  
einige Spritzer von einem guten Olivenöl

1-2 EL Pinienkerne, trocken in einer Pfanne geröstet  
Parmesanspäne, nach Geschmack

Herstellung:

1. Ruccola gründlich waschen – trocknen und auf eine Platte anrichten.
2. Die gewaschenen und halbierten Tomaten auf dem Ruccola verteilen.
3. Mit etwas Salz, der gehackten Chilischote, dem Balsamico Essig und dem guten Olivenöl den Salat marinieren.
4. Mit den gerösteten Pinienkerne und den Parmesanspänen den mediterranen Salat vollenden.

TIPP: Passt herrlich zu einem Nudelgericht oder nur zu einem selbst gebackenen Brot.

