


 Hauptspeise



Toskanischer Brotsalat

mit Parmaschinken

 20 min Zubereitungszeit

 10 min Kochzeit

 1.317 kcal pro Portion

••• Mittel

 Sterneküche C. Rüffer



Zutaten

2 Portionen

1 Schalotte

10 g Kapern

15 g Oliven

50 g geriebener Parmesan

2 El Mayonnaise

1 Tl Dijon Senf

125 ml Weißwein

50 ml Balsamico Essig

8 El Olivenöl

1 Knoblauchzehe

1 Zitrone

120 g Rucola Salat

6 Stk getrocknete Tomaten

40 g grüne Oliven

12 Stk Kirschtomaten

1 Bund Frühlingslauch

Zubereitung

- 1 Für den Toskanischen Brotsalat zuerst die Marinade zubereiten. Dafür die Schalotte schälen und in Würfel schneiden. Die Schalottenwürfel in ein hohes Gefäß geben. Die Kapern, die Oliven, den geriebenen Parmesan, die Mayonnaise, den Senf, den Weißwein, den Balsamico Essig, 3 EBl. vom Olivenöl, die geschälte Knoblauchzehe und den Saft einer halben Zitrone zufügen und alles mit einem Pürierstab ganz fein aufmixen.
- 2 Das Dressing mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Den Rucola Salat fein zupfen und gut waschen. Die getrockneten Tomaten in feine Würfel schneiden. Die grünen Oliven und die Kirschtomaten halbieren. Den Frühlingslauch in feine Ringe schneiden. Die Feigen vierteln.
- 3 Das Ciabatta Brot in grobe Würfel schneiden und auf einem Backblech mit Backpapier mit den restlichen 5 EBl. Olivenöl benetzen. Die Ciabatta Würfel im 180 °C heißen Umluftofen für ca. 6 Minuten knusprig rösten. Die Pinienkerne in einer Pfanne auf dem Herd vorsichtig bräunen.
- 4 Im Anschluß alle Zutaten zusammen in eine große Schüssel geben und mit der Marinade gut vermengen. Auf große Salatteller den Toskanischen Brotsalat anrichten und den gehobelten Parmesan

- 2 Feigen
- 1 Ciabatta Brot
- 40 g gehobelter Parmesan
- 40 g Pinienkerne
- 80 g Parmaschinken
- Salz, Pfeffer, Zucker

darauf streuen. Den Parmaschinken vorsichtig auf den Salat auflegen und servieren.

Nährwerte

	pro 100g	pro Portion
Brennwert	920kJ / 220kcal	5.517kJ / 1.317kcal
Fett	16g	96g
davon gesättigte Fettsäuren	4g	21g
Kohlenhydrate	10g	58g
davon Zucker	3g	15g
Eiweiß	7g	41g
Salz	1g	6g