

Bunter Frühlingsalat mit Löwenzahn, Ei und Bärlauchcroûtons

Kategorie	Salate
Geographisch	nördlich der Alpen
Rezept für	4 Personen
Schwierigkeit	Lehrling
Zubereitung	30 Minuten

Stellen Sie sich vor: Die Grundzutaten für einen knackigen Blattsalat haben Sie bereits auf dem Wochenmarkt eingekauft. Nun machen Sie mit Ihrem Liebsten einen Spaziergang über saftig-grüne, selbstverständlich ungedüngte Wiesen und pflücken Gänseblümchen und Löwenzahn als Tüpfelchen auf dem i - das macht doch den Frühling doppelt so schön, nicht wahr?



Mise en place

Sie brauchen ca. 400 g Salat
davon je zu gleichen Teilen:
1 handvoll gemischter Schnittsalat
1 handvoll Brunnenkresse
1 handvoll Portulak
1 handvoll Löwenzahnblätter
1 handvoll Gänseblümchen

3 EL bester Rotweinessig
2 EL Apfelbalsamessig
1 TL Milerb-Salat-Mix
Salz
schwarzer Pfeffer
10 EL Olivenöl extra vergine

4 Scheiben dunkles Brot

2 EL Butter
1 1/2 TL Milerb-Bärlauch

4 Eier

Zubereitung

Waschen Sie den Salat und schleudern Sie ihn trocken.

Aus diesen Zutaten die Vinaigrette zubereiten.

Schneiden Sie die Brotwürfel in kleine Würfelchen von ca. 5x5 mm.

Rösten Sie das Brot in der aufschäumenden Butter bei milder Hitze goldbraun. Am Schluss Pfanne vom Feuer nehmen, Milerb-Bärlauch dazugeben. Alles gut umrühren, sodass die Brotcroûtons sich mit dem Bärlauch vollsaugen können.

Kochen Sie die Eier ca. 4 - 5 Minuten weich, schälen und halbieren Sie sie anschliessend. Das Eigelb sollte noch leicht feucht sein.

Zum Anrichten wenden Sie die Salatblätter kurz in der Vinaigrette, verteilen sie gleichmässig auf die Teller und legen die halbierten Eier dazu. Danach mit den Croûtons und den Gänseblümchenknospen bestreuen - et voilà!