

# Rucola-Salat mit Parmesan und eingelegten Tomaten



## Zutaten für zwei Personen:

1 kleiner Bund Rucola  
30 g eingelegte Tomaten  
15 g Pinienkerne  
Parmesan am Stück

## Vinaigrette:

eine Prise Chili-Salz  
3 EL Aceto balsamico bianco  
3 EL Olivenöl

1. Rucola-Salat verlesen, die harten Stängel entfernen, waschen und trocken schleudern. Eingelegte Tomaten auf Küchentüchern abtropfen lassen und dann in Streifen schneiden.
2. Rucola und eingelegte Tomatenstreifen auf Portionsteller verteilen.
3. Vinaigrette rühren und über den Salat verteilen.
4. Pinienkerne ohne Fett in einer beschichteten Pfanne rösten und verteilen.
5. Zum Schluss Parmesan frisch über den Salat hobeln.

## Hinweise:

Rucola eventuell 15-30 Minuten wässern, um die Bitterstoffe zu reduzieren.

## Schlagworte:

leicht, Zubereitung ca. 15 min, Gesamtzeit ca. 45 min, Vorspeisen, Salate, vegetarisch, italienisch

Rezept und Foto: Walter  
Stand 15.01.2023