MONDO ITALIANO
WAURIG
DAL 1991

ANTIPASTI

Panzanella toscana

30 Minuten / Leicht / Salat

Wer noch nach einem einfachen und leckerem Sommersalat sucht, der ist hiermit fündig geworden. Panzanella ist ein typisch italienischer Brotsalat, der gerne als Beilage, als Vorspeise oder als leichter Hauptgang gegessen wird. Eine Mischung aus knusprigem Ciabattabrot, frischem Gemüse und schmackhaftem Dressing runden den Salat ab. Wie vieles in der italienischen Küche kann der Salat individuell angepasst werden.

ZUTATEN:

½ Ciabattabrot
3 EL Olivenöl
250 g Cocktailtomaten
1 Gurke
1 rote Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Handvoll Basilikum
3 TL italienische Kräuter
½ EL Salz
Pfeffer

ZUBEREITUNG

Das Ciabattabrot schneiden und würfeln. Danach 1 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Brot bei mittlerer Hitze rösten, bis es knusprig wird. Ab und zu wenden, sodass das Brot von allen Seiten braun wird. Danach das Gemüse schneiden und würfeln. Die Zwiebel in Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben. Das Dressing in einer Schale vorbereitet. Hierzu das restliche Olivenöl, die Kräuter, Salz und Pfeffer mit dem gehackten Knoblauch vermischen und über die Tomaten, Gurken und Zwiebel geben. Das fertige Brot unter den Salat mischen und mit Basilikum garnieren. Unser Tipp eine Kugel Burrata auf den Salat geben oder wer es gerne noch sättigender haben möchte, kann gerne noch ein paar Garnelen in der Pfanne anbraten und

mit dazu geben. Buon Appetito!

UNSERE PRODUKTEMPFEHLUNGEN

Ciabattabrot von Panexpert, TUMAI Olivenöl Extra-Vergine DOP Goldfolie 100% Italien von Anfosso, Burratina von Sabelli, TK Garnelen BT 31/40 roh, entdärmt, geschält ohne Schwanz I.Q.F.

BUON APPETITO!

Weitere Rezepte auf waurig.com/rezepte