

Vogersalat mit Thunfisch und Sprossen

Im Sommer steht die leichte Küche hoch im Kurs. Der Vogersalat mit Thunfisch und Sprossen ist ein Rezept, das man sich nicht entgehen lassen sollte.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Gesamtzeit: 20 min



Foto: Katrin Morenz

Zutaten

160 g	Vogersalat
2 Stk.	Tomaten
0.5 Dosen	Thunfisch
1 Scheibe	Weichkäse
2 Stk.	Marillen (getrocknete)
0.5 Stk.	Zwiebeln
4 EL	Sprossen
2 EL	Rapsöl
1 EL	Balsamicoessig
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer

Zubereitung

1. Für den Vogersalat mit Thunfisch und Sprossen zunächst den Vogersalat gründlich putzen, waschen und trockenschleudern. Tomaten vierteln, entkernen und klein schneiden.
2. Weichkäse und Marillen klein würfeln. Zwiebel schälen und fein hacken. Vogersalat mit Tomaten, Weichkäse, Marillen und Zwiebeln vermengen. Thunfisch zerpfücken und vorsichtig unterheben.
3. Salat auf Tellern anrichten und mit Sprossen bestreuen. Aus Rapsöl, Balsamico-Essig, Salz

und Pfeffer eine Marinade rühren und diese über den Salat geben. Sofort servieren.

Tipp

Zum Vogerlsalat mit Thunfisch und Sprossen schmeckt frisches Baguette.