



# Mein persönliches Back- und Kochbuch

Kochen und Backen Kinderleicht gemacht!



## Mein absoluter Lieblingsalat

### Zutaten für 2 Personen:

2 St. Salatherzen  
2 St. Tomaten  
4 St. Gewürzgurken  
6 St. Eier Handelsklasse L  
1 Mittelgroße Zwiebel  
1 Knoblauchzehe

### Für Dressing:

300 ml. Frischer Joghurt  
Frische- oder getrocknete Petersilie  
Essig  
Salz  
Pfeffer



### Vorbereitung:

Die Eier hart kochen und im kalten Wasser abkühlen lassen.

Salatherzen in ca. 1 cm dicke Streifen schneiden und in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen. Die Tomaten und Gurken in beliebig große Stücke schneiden und in eine geeignet große Schüssel geben. Dann die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden, mit der Knoblauchzehe genauso verfahren und in die Schüssel geben. Die zuvor gekochten Eier schälen und mit einem Eierschneider in dünne Scheiben schneiden, zu den Tomaten usw. in die Schüssel geben, die abgetropften Salatherzen dazu und alles mischen.

### Zubereitung Dressing:

Den Joghurt in eine separate Schüssel geben, die Petersilie, etwas Salz und Pfeffer (je nach Geschmack) zugeben, alles nach eigenem Ermessen und Geschmack mit Essig vermengen und mit dem Schneebesen verrühren.

### Zubereitung Salat:

Das Dressing über die geschnittenen Zutaten des Salates geben und gut vermischen! Danach in einer abgedeckten Schüssel im Kühlschrank „Ruhen & Ziehen“ lassen!

### Anmerkung:

*Nicht zu viel Essig zugeben, lieber den Essig später mit auf den Tisch stellen, damit jeder den Salat nach seinem Geschmack „säuern“ kann, denn nicht jeder mag es zu Sauer!*

### TIP:

*Dazu passt nach meinem Geschmack, frisches mit Knoblauchbutter bestrichenes und kross gebackenes Französisches Baguette!*