

Glutschigs u Chüschtig

Gemüsesalat

Zutaten:

$\frac{1}{2}$ Blumenkohl
 $\frac{1}{2}$ Broccoli
2 Eier
3 Tomaten
4 Radieschen
einige Blättchen Löwenzahn (je nach Geschmack)
frische gehackte Kräuter nach Belieben (Petersilie, Schnittlauch, Basilikum, Oregano)
4 EL Pflanzenöl
1-2 EL Essig
Salz, Pfeffer

1. Blumenkohl und Broccoli in $\frac{3}{4}$ l kochendem Wasser für 2-3 Minuten blanchieren. Dann mit einer Schöpfkelle herausnehmen und mit kaltem Wasser abschrecken.
2. Währenddessen die Eier mittelhart kochen, abschrecken, schälen und längs vierteln. Tomaten und Radieschen in kleine, mundgerechte Stücke schneiden.
3. Die Kräuter mit Öl und Essig mischen. Salz und Pfeffer nach Geschmack hinzufügen. Den erkalteten Blumenkohl und Broccoli in einer Schale anrichten, mit den Radieschen, den Tomaten, den Löwenzahnblättern und den Eistücken garnieren und das Öl darüber giessen.

En Guete!



Schweizer Gemüse - Näher ist frischer!

