AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
mittel	15 Min.	ganzjährig	international

ZUCCHETTISALAT MIT POCHIERTEM EI



Rezept: Dieter Kuhn, Wohlen - Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

Ein pochiertes Ei wertet viele Salatkreationen auf. Hier eine Variante.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

4 EL	Crème fraîche	12 Blatt	Grüner Salat
12 Halme	Schnittlauch	4	Ei
4 Pr	Kräutersalz	4 EL	Olivenöl
800 g	Zucchetti	2 EL	Roweinessig

ZUBEREITUNG

1. Crème fraîche in eine mittelgrosse Schale geben. Schnittlauch mit einer Haushaltsschere in Röllchen in die Schale schneiden. Mit etwas Kräutersalz würzen.
2. Zucchetti in gleichmässige Würfelchen schneiden und unter die Sauce ziehen.
3. Mit grünem Salat tiefen Teller auslegen. Den Zucchettisalat in die Mitte legen. Salat mit einer leicht gesalzenen Olivenöl-Rotwein-Mischung (Verhältnis 2:1) beträufeln.
4. Ei pochieren und in die Mitte des Tellers legen. Nach Belieben mit Schnittlauch bestreuen.

TIPP: Crème fraîche kann durch Milchprodukt mit weniger Fett wie Quark oder Naturyoghurt ersetzt werden, fehlender Schnittlauch durch etwas fein geschnittene Frühlingszwiebel oder Zwiebelkraut.