

Sören Anders
Caesar Salad

Freitag, 22. Mai 2015
Rezept für 4 Personen

Dauer: 30 Minuten
Schwierigkeitsgrad: einfach
Grundrezept

Zutaten:

Für den Salat

1	Romanasalat
1	Radicchio
1 Bund	Rucola
1 Bund	Basilikum
4	Tomaten
80 g	Weißbrot
2 EL	Olivenöl
etwas	Meersalz
80 g	Frühstücksspeck, dünn aufgeschnitten
etwas	Pfeffer aus der Mühle
60 g	Parmesan

Für das Dressing

20 g	Parmesan
1	Knoblauchzehe
3	Sardellenfilets
1 EL	Kapern
1 EL	Dijon Senf
4 EL	weißer Balsamico
1 EL	Worcestersauce
2	frische Eigelb
150 ml	Olivenöl
2 EL	Sauerrahm
etwas	Meersalz
1 Prise	Cayennepfeffer



Zubereitung:

1. Romanasalat und Radicchio putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Rucola abbrausen und abtropfen lassen.
2. Basilikum abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.
3. Die Tomaten waschen, halbieren, den Stielansatz ausschneiden, die Kerne mit einem Teelöffel entfernen, dann die Tomatenhälften dritteln.
4. Das Brot in etwa 1 cm große Würfel schneiden.
5. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Brotwürfel darin goldbraun und knusprig braten. Mit einer Prise Salz würzen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

6. Die Pfanne ausreiben und die Speckstreifen darin knusprig braten.
7. Für das Dressing Parmesan fein reiben. Knoblauch schälen und grob schneiden
Sardellenfilets ebenfalls grob schneiden.
8. In ein hohes Püriergefäß Parmesan, Knoblauch, Sardellenfilets, Kapern, Senf, Balsamico,
Worcestersauce und die Eigelbe geben und zu einer feinen homogenen Masse pürieren.
Dann langsam das Öl untermixen, so dass eine Art dünne Mayonnaise entsteht. Zuletzt
Sauerrahm unterrühren und mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.
9. Die Blattsalate und Rucola in große tiefe Teller oder Glasschalen einschichten. Mit etwas
Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen. Die Tomaten darauf geben. Parmesan fein hobeln
und darüber streuen. Mit einem Löffel das Dressing darauf verteilen, die Brotwürfel und
Basilikumblätter darüber streuen, Speckscheiben anlegen und sofort servieren.

Nährwert: Pro Portion: 735 kcal / 3060 kJ
14 g Kohlenhydrate, 15 g Eiweiß, 69 g Fett