

Kochen

Caroline Autenrieth

Dienstag, den 18.04.2023

Spinatsalat mit Knoblauch und Croutons

Für 4 Personen

Zutaten

Für den Salat

4 Eier (Größe M)
2 Knoblauchzehen
1 EL Olivenöl
200 g Spinat, jung
1 Bund Radieschen
1 Bund Schnittlauch
1 Stiel Liebstöckel

Für das Dressing

150 g Joghurt
1 TL Dijonsenf
1 EL Olivenöl
1 TL Zucker
etwas Salz
0,5 Zitrone, der Saft davon

Für die Croutons

4 Scheiben Weißbrot, gerne vom Vortag
2 EL Olivenöl
1 EL Butter



Zubereitung

1. **Für den Salat** Eier, je nach Geschmack, ca. 5-7 Minuten kochen (oder pochieren). Abgießen und kalt abrausen.
2. Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden.
3. **Für die Croutons** Weißbrot in Würfel schneiden.
4. Öl und Butter in einer Pfanne erhitzen. Brotwürfel zugeben und bei mittlerer Hitze ca. 3-4 Minuten goldbraun rösten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.
5. In der Croutons-Pfanne Olivenöl erhitzen. Die Knoblauchscheiben darin goldbraun rösten. Ebenfalls auf Küchenpapier abtropfen lassen.
6. Spinat, Radieschen, Schnittlauch und Liebstöckel verlesen, putzen, abrausen und trocknen. Spinat unbedingt trockenschleudern. Radieschen in Scheiben oder Viertel schneiden. Schnittlauch in Röllchen und Liebstöckel fein schneiden.
7. **Für das Dressing** Joghurt, Senf, Öl, Zucker, Salz und Zitronensaft verrühren.
8. Eier schälen und in Viertel oder Scheiben schneiden.
9. Salat mit dem Dressing mischen. Mit Croutons, geröstetem Knoblauch und Ei anrichten und servieren.