

Rosi Schatz

User

Meeresfrüchtesalat deluxe

Hauptspeise

Rezept-Gewinnspiel

Salate



ZUBEREITUNG  SCHWIERIGKEIT: ● ● ● ○ ○ ZEIT: 50 MIN. 

1.) Den Eisbergsalat waschen und auf die Teller geben. Die Paprika waschen und in feine Scheiben schneiden. Die Cherrytomaten waschen und gemeinsam mit der Paprika auf die Salatteller geben. 2.) Den Salat nur mit einer leichten Vinaigrette aus Olivenöl, Balsamicoessig, Salz, Pfeffer und geriebener Zitronenschale marinieren, da der gute Fischgeschmack nicht überdeckt werden soll. 3.) eine Pfanne mit Öl erhitzen, gehackten Knoblauch reingeben und die Cozze und Vongole scharf anbraten. Dann mit Weisswein aufgießen und den Sud pfeffern, mit 1 EL vom Saft der Bio-Zitrone verfeinern. 4.) Die Riesenscampi in einer anderen Pfanne in Olivenöl anbraten und mit Cognac ablöschen. 5.) Dann die warmen Muscheln und Scampi auf den Salat drapieren und mit jeweils 1 Auster servieren!

ZUTATEN

500 g Eisbergsalat

1 Stk. Paprika (gelb)

200 g Cozze

300 g Vongole

300 g Riesenscampi

4 Austern

3 Zehen Knoblauch

1 Bio-Zitrone

1 Bund Petersilie (frisch)

1 Schuss Weisswein

200 g Cherrytomaten

Cognac

Olivenöl extra nativ

Balsamicoessig bianco