

Gemüse – Wurstsalat

Viele Gemüsezutaten bringen eine köstliche und knackige Note in den aromatischen Salat!

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, eifrei



Für 4 – 5 Personen

1 gelbe Paprikaschote
1 Fleischtomate
1/2 Salatgurke
1 rote Zwiebel
1 Bund Radieschen
2 EL Petersilie
1-2 Peperoni
200g Fleischwurst oder Lyoner (ggf. auf Laktose achten)
200g Emmentaler

Für die Marinade:

200ml Wasser
80ml Essig
50ml Speiseöl
3 TL Senf
2 TL Salz
1/2 TL Pfeffer

1. Paprika, Tomate, Gurke, Zwiebel waschen, putzen und in feine Streifen schneiden. Radieschen putzen, waschen und grob

hobeln. Petersilie waschen und fein schneiden. Peperoni waschen und sehr klein schneiden. Fleischwurst oder Lyoner und Emmentaler in feine Streifen schneiden.

2. Für die Marinade alle Zutaten mischen.

3. Alle Zutaten, auch die Marinade, in eine große Schüssel geben und gut vermengen. Etwa eine Stunde im Kühlschrank durchziehen lassen.

Tipp: Der Gemüse-Wurtsalat kann prima am Vortag hergestellt werden, er zieht dann über Nacht schön durch!

