

## Sommersalat „ Etang “

Rezept für die Campingküche

Zutaten für 2 Portionen :

- 1 Staude Mini – Romana,
- 2 Blatt Chicorée,
- 8 Scheiben eingelegte Rote Beete,
- 2 kleine Karotten, 1 TL Zucker,
- ½ Zitrone,
- 8 Blatt roter Eichblattsalat,
- Bohnensalat aus der Dose,
- 6 Party – Tomaten,
- 4 Blatt Radicchio,
- 1 Bund Kresse ( ausgewachsene Gartenkresse ).
- 250g Rinderhack ( Tartar ),
- 2 Scheiben Toastbrot,
- 2 Eier,
- 2 EL Bratöl,
- 1 EL Butter.

Ein halbes Stangenweißbrot.

Zutaten für die Salatsoße:

- 6 EL Olivenöl, 1 EL Dijon Senf.

Zubereitung :

Dieses Rezept haben wir aus dem Süd-Lyberon mitgebracht. Dort gab es an einem kleinen See (Etang) Ein Caffee-Restaurant, das eine große Auswahl an Sommersalaten zum Sattessen angeboten hat. Im Restaurant gab es Pommes dazu – mit der Campingküche nachgemacht, schmeckt der Salat auch mit Weißbrot. Den Romana zerlegen, waschen und putzen und gut abtropfen lassen. Auf 2 Teller verteilen. Ebenso die Radicchio und die Eichblattsalat – Blätter. Die Karotten waschen, schälen und grob raspeln. Je ein Chicorée Blatt auf einen Teller legen, die geraspelte Karotte darauf verteilen, mit Zucker bestreuen und Zitronensaft darüber träufeln. Je ein Häufchen Bohnensalat auf die Teller geben. Die Rote Beete - Scheiben verteilen. Die Party Tomaten waschen, abtrocknen und mit einem sehr scharfen Messer das untere Viertel abschneiden ( damit sie schön stehen bleiben ) und auf die Teller verteilen.

Die Toastbrotsscheiben im Toaster hellbraun anrösten, in die Mitte der Teller legen. Das Rinderhack mit Salz und Pfeffer vorsichtig würzen, in zwei Portionen teilen und zu etwa 1 ½ cm dicken Scheiben formen. In einer beschichteten Pfanne von beiden Seiten jeweils 2 Min. braten. ( kommt darauf an wie „ durch „ die Hacksteaks werden sollen ). Auf die Toastbrotsscheiben legen. Butter in die Pfanne geben und die beiden Eier als Spiegeleier braten. Auf die Hacksteaks legen. Die Kresse waschen, gut abschütteln und je ein Häufchen neben die Hacksteaks legen.

Zubereitung der Salatsoße :

Geben Sie den Senf in eine Glasschale. Das Olivenöl Esslöffelweise mit dem Schneebesen unter ständigem schlagen zufügen, so dass immer eine cremige Soße entsteht. Die Soße in einer Schale getrennt zum Salat reichen. Jeder träufelt sich so viel Soße über den Salat wie er möchte.

( Beachten Sie auch unsere Salatsoße zum Salat Nicoise ! )

Stangenweißbrot in Scheiben geschnitten dazu reichen.

