

Leichter Fleischwurstsalat mit Käse

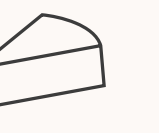
Frische Radieschen und Gurken treffen auf würzigen Bergkäse und unsere Herta Fleischwurst: So schmeckt Fleischwurstsalat auf die leichte Art. Zubereitet für 6 Personen und abgerundet mit aromatischen Kräutern ist der Salat ein Genuss für die ganze Familie.



40 Min



Mittel



Sechs

Zutaten

250 g Herta Fleischwurst
100 g würziger Bergkäse (z. B. Greyerzer, Appenzeller)
Butter



GETREIDE & HÜLSENFRÜCHTE

Sauerbrot



OBST & GEMÜSE

2 Gewürzgurken
1/2 kleine Salatgurke (ca. 100 g)
1/2 Bund Radieschen
1 Frühlingszwiebel
1 rote Zwiebel



GEWÜRZE

2 TL Senf
1 TL Meerrettich
2 Prisen Zucker
Salz
Pfeffer
1 Bund Schnittlauch
1 Kästchen Kresse



ÖL & ESSIG

6 EL Apfelessig
6 EL Pflanzenöl

Anleitung

1. SCHRITT

250 g Herta Fleischwurst längs halbieren und in Scheiben schneiden. **100 g Käse** in dünne Streifen schneiden.

2. SCHRITT

Für die Marinade **6 EL Essig**, **2 TL Senf** und **1 TL Meerrettich** glattrühren. Mit etwas **Zucker** sowie **Salz** und **Pfeffer** abschmecken. **6 EL Wasser** zugeben und **6 EL Öl** langsam einrühren.

3. SCHRITT

Fleischwurst, Käse und Marinade gut vermengen und ca. 30 Minuten ziehen lassen.

4. SCHRITT

In der Zwischenzeit **2 Gewürzgurken** in dünne Scheiben schneiden. Eine **halbe Salatgurke** putzen, schälen, längs halbieren, Kerne entfernen und klein würfeln.

5. SCHRITT

Das **Gemüse** waschen und schneiden: **1/2 Bund Radieschen** in dünne Scheiben, **1 Frühlingszwiebel** und **1 rote Zwiebel** in dünne Ringe, **1 Bund Schnittlauch** in kleine Röllchen.

6. SCHRITT

1 Kästchen Kresse abschneiden und alle Zutaten unter den Fleischwurstsalat mischen.

7. SCHRITT

Nochmals abschmecken und genießen.

8. SCHRITT

Dazu schmeckt ein frisches Sauerbrot mit Butter.

GUTEN APPETIT

Unser Tipp: Toll wirkt der Fleischwurstsalat in kleinen Gläsern angerichtet.

Nährwerte pro Portion

Energie	1342 kj / 321 kcal
Fett	29,0 g
Kohlenhydrate	3,0 g
Eiweiß	11,0 g