

## Rezeptidee: Kerniger Eisbersalat mit Speck

Kerniger Eisbersalat mit Speck

Zutaten

(Für 3 Personen)

1 El Kürbiskerne

1 El Sonnenblumenkerne

1 Eisbersalat

2 kleine Zwiebeln

75 g Gouda

100 g Speck (in dünnen Scheiben)

3 El Weißweinessig (z.B. von Byodo)

1 Tl Honig

Meersalz, Pfeffer

2 El Distelöl (z.B. Byodo Premium Distelöl, nativ extra)

Zubereitung: Die Kerne in einer trockenen Pfanne rösten. Den Salat waschen, putzen, und in Stücke teilen. Zwiebeln in feine Ringe schneiden, Käse grob hobeln und mit den Zwiebeln und dem Salat mischen. Speck kross braten aus der Pfanne nehmen, das Speckfett dabei auffangen und den Speck auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Essig, Distelöl, Honig, Salz und Pfeffer in das warme Speckfett rühren und abschmecken.

Über den Salat geben. Den Speck in Steifen schneiden. Speck, Kürbiskerne und die Sonnenblumenkerne über den Salat geben.

Originalrezept von byodo

Guten Appetit!

Dieses Rezept wird Ihnen präsentiert vom  
BIOHOF Schulze Schleppinghoff