

Mediterraner Brotsalat

Ein Rezept von Philipp Essl, Landgasthaus Essl.



Mediterraner Brotsalat © Niederösterreichische Wirtshauskultur

Infos

 Leicht

Merkmale

- Vegetarisch

Zubereitung

- Die Zutaten werden klein geschnitten. Beim Spargel zuvor das holzige Ende entfernen.
- Auch das Weißbrot wird klein geschnitten. Der Salat ist übrigens eine tolle Möglichkeit, um altes Brot zu verwerten..

Zutaten

- ½ Zucchini
- ½ Melanzani
- ½ Paprika
- 250 g Spargel
- 500 g Weißbrot

- Das Brot kommt mit angedrückten ganzen Knoblauchzehen, Rosmarin, Salz, Pfeffer und Olivenöl gewürzt bei 200° Grad ins Backrohr bis es goldbraun und knusprig ist.
- Zwischenzeitlich das Gemüse braten. Die Melanzani in ausreichend Fett und nicht zu heiß braten, sonst werden sie zäh wie Schaumgummi. In Fett oder Saft geschmort schmecken sie immer am besten.
- Die Melanzani einmal salzen und anschließend den Spargel und die Zucchini in einer zweiten Pfanne ebenfalls braten, salzen und pfeffern.
- Für ein leichtes Knoblaucharoma rösten wir eine geschälte und angedrückte Knoblauchzehe ganz langsam mit den Melanzani mit. Die Knoblauchzehe wird nach dem Braten wieder entfernt, sodass der Knoblauchgeschmack im Brotsalat nicht zu intensiv wird.
- Das Gemüse soll schön knackig gebraten werden. Es zieht im Salat noch nach.

- Knoblauch
- Rosmarin
- Essig
- Öl

Zutaten für 4 Portionen

Dressing

- Olivenöl und Essig nicht zu sparsam verwenden. Paprika, Zucchini und Spargel marinieren. Die Melanzani bleiben noch etwas am Herd.
- Ist das Gemüse kurz durchgezogen und konnte seinen Saft abgeben, kann nochmals abgeschmeckt werden.
- Statt Zucker kann man auch gerne Balsamico verwenden.
- Abschließend kommen die Melanzani und das knusprige Brot hinzu.
- Je nach Geschmack und Kräutergarten mit frisch gehackten Gartenkräutern wie Petersilie oder Basilikum verfeinern.
- Alle Zutaten gut vermengen.

Eine Videoanleitung zum Rezept finden Sie hier.

Profi-Tipp

Philipp Essl empfiehlt je nach Saison den Brotsalat abschließend mit Bärlauch-Pesto und Kresse verfeinern.