Rucola Salat mit Feta-Speckwürfel

Zutaten (1 Person):

- 160gramm Rucola
- 180gramm Feta/Schafskäse
- 100 Bratspeck
- Salz/Pfeffer
- Balsamico und Olivenöl
- 40gramm Parmesan Käse

Zubereitung:

Rucola Salat gut waschen mit kaltem Wasser.
Gut gemischt anrühren mit Olivenöl und Balsamico
anschliessend auf einen Teller bereitstellen.

Den Feta Käse in gleichmässig grosse Würfel schneiden und
danach den rohen Bratspeck um die einzelen
Würfel rollen.

Auf leichter Stufe werden die Würfel in der Pfanne gebraten
und regelmässig gewendet so das alle Seiten
gleichmässig angebraten sind.

Die Würfel kann man anschliessend um den Rucola Salat
verteilen.

Zum Schluss kann man mit einer groben Käseraffel den
Parmesan über den Rucola Salat verteilen.

Fitness & Dancing ©