



Salade nicoise

Das Rezept ist für 4 Personen berechnet.

Legende: TL = Teelöffel, EL = Esslöffel, MSP = Messerspitze,
lt = Liter, dl = Deziliter (1/10), cl = Centiliter (1/100)



1	Knoblauchzehe	Salatteller damit ausreiben
2	Eier) hart gekochte	vierteln und kreisförmig darauf anrichten
200 g	gekochte grüne Bohnen	in stricknadeldünne Streifen schneiden
1	Paprikaschote grün	in Streifen schneiden
1	Zwiebel	in feine Ringe schneiden
8	Sardellenfilets	abspülen diese Zutaten auf den Tellern verteilen
200 g	Cherry Tomaten, halbiert oder 4 kleine Tomaten geviertelt	leicht salzen und zwischen die Eier legen
100 g	schwarze Oliven	darüberstreuen
5	Basilikumblätter	fein zerzupfen und mit Salz, Pfeffer und dem Olivenöl in einer Schüssel verrühren.
6 EL	natives Olivenöl	Über den Salat träufeln

PS: Viele Salate werden unter dem Namen "Salade nicoise" angeboten. Die meisten sind schlechte Fälschungen. Selbst in Nizza erlebt man Salat-Enttäuschungen. Dieses Rezept entspricht dem Original.

Tipp Mit gekochten Kartoffelscheiben, Thunfisch aus der Dose und Baguette zusammen ist der Salat ein Hauptgericht!