

Griechischer Salat



 Gesamtzeit
15 Minuten



Schwierigkeit
Einfach

Energie 335 kcal Eiweiß 11.4 g
Fett 25.3 g Kohlenhydrate 17.2 g

Zubereitung

1

Zutaten

0.5 Eisbergsalat • 3 Tomaten • 1 rote Paprika •
0.5 Gurke • 1 rote Zwiebeln • 200 g Feta

Eisbergsalat waschen, trocken schütteln und in Streifen schneiden. Tomaten, Paprika und Gurke waschen, putzen und würfeln. Zwiebel schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Feta grob zerbröseln.

2

Zutaten

50 ml Olivenöl • 3 EL Weißweinessig • Salz •
schwarzer Pfeffer • 100 g schwarze Oliven

In einer großen Schüssel Öl, Essig, Salz und Pfeffer mischen. Alle Zutaten hinzufügen und gründlich mischen. Abschmecken und servieren.

Zutaten für 4 Portionen

0.5 Eisbergsalat

3 Tomaten

1 rote Paprika

0.5 Gurke

1 rote Zwiebel

200 g Feta

50 ml Olivenöl

3 EL Weißweinessig

Salz

schwarzer Pfeffer

100 g schwarze Oliven