

Matjessalat mit Tomaten und Rucola à la Gabi

ZUTATEN:

8 Matjesfilet(s), in 1 cm breite Streifen

400 g Tomaten

1 Bund Lauchzwiebel(n), in Ringe

3 EL Essig, (Obstessig)

Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

2 TL Zucker

1 TL Salz

3 EL Pflanzenöl

1 Bund Rucola, in mundgerechte Stücke (Rauke; 80 g)



Zubereitung

Arbeitszeit: ca. 20 Min.

Essig mit Salz, Pfeffer, Zucker und Öl verrühren. Die vorbereiteten Zutaten sorgfältig darunter mengen und den Salat 15 Min. ziehen lassen. Die Rucolastücke mit dem Salat vermischen und sofort servieren.