

Feta-Oliven-Champignons-Salat



Würziger Salat

Rohe Kost gibt es ja bei mir nur selten. Man braucht auch gute Zähne, um die rohen Zutaten zu zerbeißen. Und der Magen ist eigentlich auch eher darauf vorbereitet, Gekartes zu verarbeiten. Salat kommt mir somit nicht so oft in das Foodblog. Ich bin eher Fleischesser, da ich Fleisch liebe. Und da ich Feta für den Salat verwende, ist es auch nur ein vegetarisches Gericht, kein veganes.

Ich wollte den Salat erst Griechischen Salat nennen, weil einige Zutaten griechischen Ursprungs sind. Aber die Champignons passten dann doch nicht dazu.

Ich mache ihn der Einfachheit halber mit einem Knoblauch-Kräuter-Salat-Dressing an, das auch verbraucht werden muss.

Zutaten:

- 100 g grüne Oliven
- 200 g Feta

- 3 braune Champignons
- 1 Schalotte
- 2 Lauchzwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- Petersilie
- 1/4 Zitrone (Saft)
- Knoblauch-Kräuter-Dressing

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen. Schalotte längs halbieren und quer in halbe Scheiben schneiden. Knoblauch kleinschneiden. Lauchzwiebeln putzen und in Ringe schneiden. Champignons in Scheiben schneiden. Oliven halbieren. Petersilie kleinwiegen. Alle Zutaten in eine Schüssel geben. Feta darüber bröseln.

Mit etwas Zitronensaft säuern. Salat-Dressing darüber geben. Alles gut vermischen und Salat servieren.