Luganighetta auf Brotsalat mit Schafskäse

Meine Wahl.

Gesamtzeit: 45 min

Aktivzeit: 45 min

Einfach



Zutaten

für 4 Personen

4	Luganighette (oder auch Schweinsbratwürste)
300 g	Ruchbrot
1	Salatgurke
4	Tomaten
200 g	Feta
1 Bund	grobblättriger Peterli
1	kleiner Endiviensalat
1	Zitrone (nur Saft)
2 TL	Honig
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle
5 1/2 EL	Olivenöl
1 EL	HO-Sonnenblumenöl oder HOLL-Rapsöl
2 EL	schwarze Oliven

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

830	kcal
40 g	Eiweiss
43 g	Kohlenhydrate
54 g	Fett

enthält Gluten

enthält Laktose

Tipp

Statt nach Tessiner Würsten kannst du in deiner Metzgerei auch nach hausgemachten Schweinswürsten fragen.

Zubereitung

1. Brot in mundgerechte Stücke schneiden und bei 150 °C im Backofen goldgelb rösten.

2. Gurke schälen, Kerne entfernen und Fruchtfleisch klein schneiden. Tomaten klein schneiden. Schafskäse abtropfen lassen und in kleine Stücke zerteilen. Peterliblätter von den Stielen zupfen und grob hacken. Endiviensalat putzen, waschen, schleudern und in mundgerechte Stücke aufteilen.

3. Zitronensaft mit Honig, Salz, Pfeffer und Olivenöl kräftig verrühren. Oliven zugeben.

4 Brot aus dem Ofen nehmen und mit allen vorbereiteten Zutaten vermengen.

5 Luganighette in einer Pfanne mit Öl oder auf dem Grill von beiden Seiten 4–5 Minuten braten. Warm in Scheiben schneiden und auf dem Brotsalat verteilen. Sofort servieren.