

Sommersalat

Zutaten:

- **150 ml** Joghurt (3,5 % oder 10 %)
- **1-2** Knoblauchzehen (fein gehackt oder gepresst)
- **1 TL** Olivenöl
- **1 TL** Essig
- Zitronensaft (von 1 Zitrone)
- Petersilie / Schnittlauch
- **1 TL** Honig
- **1** kleiner Römersalat
- **1** handvoll Rucola
- **4-5** Radieschen
- **4-5** kleine Champignons
- **1** rote Spitzpaprika
- **40 g** Parmesan
- **150-200 g** Rinderstreifen
- Salz und Pfeffer



Zubereitung:

1. Für das Dressing den Joghurt mit den Knoblauchzehen, Olivenöl, Essig, Zitronensaft, Petersilie / Schnittlauch und etwas Honig gut durchrühren. Final mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Den Salat waschen und je nach Belieben schneiden.
3. Die Radieschen und Spitzpaprika klein schneiden und hinzugeben.
4. Die Champignons mit etwas Öl kurz und heiß anbraten und abkühlen lassen und zum Salat hinzugeben.
5. Die Rinderstreifen ebenfalls anbraten, abkühlen lassen, in Streifen schneiden und auf den Salat geben.
6. Als Topping etwas geriebener Parmigiano Reggiano darüber geben.