

Trampo – Sommersalat aus Mallorca

Ein erfrischender Salat, der reich an Vitaminen ist. Durch den Feta-Käse enthält er auch Eiweiß. Eine komplette, gesunde Sommermahlzeit, auch zum Mitnehmen an den Arbeitsplatz geeignet. Oder für das Salatbuffet beim Grillabend.

Zutaten für 4 Personen:

- ▶ 1 Zwiebel
- ▶ 1 rote Paprika
- ▶ 2 gelbe Spitzpaprika
- ▶ 1 orange Paprika
- ▶ 4 Tomaten
- ▶ 1 Pfirsich
- ▶ 4 kleine Aprikosen
- ▶ 4 EL Weinessig
- ▶ Salz, Pfeffer
- ▶ 6 EL Olivenöl
- ▶ 200 g Feta-Käse



Zubereitung:

- ▶ Die Zwiebel klein schneiden.
- ▶ Paprika, Tomaten, Pfirsich und Aprikosen in kleine Würfel schneiden.
- ▶ Essig, Öl, Salz und Pfeffer verrühren.
- ▶ Gemüse-Obst-Mischung in einer Schüssel mit dem Dressing vermischen.
- ▶ Feta-Käse in Würfel schneiden und auf dem Salat verteilen.