

# Caesar Salad

## Für 4 Personen:

4 Romana-Salatherzen	2 Scheiben Sauerteigbrot	10 Sardellenfilets
80 g Parmesankäse	200 g Naturjoghurt	1-2 Knoblauchzehen
2 Zitronen	4 Thymianzweige	1 Schuss Olivenöl
2 EL Butter	1 Prise Salz	Pfeffer

Die Rinde vom Brot entfernen und das Brot in grobe Würfel schneiden.

Butter in einer großen Pfanne aufschäumen lassen, die Brotwürfel und den Thymian zugeben und ringsum rösten, bis die Croutons von allen Seiten knusprig braun sind. Dann aus der Pfanne nehmen, auf Küchentuch abtropfen lassen und mit einer kleinen Prise Salz bestreuen.

Romanasalatherzen waschen, trocken schütteln, der Länge nach halbieren und dabei den Strunk entfernen. Anschließend in breite Streifen schneiden, in eine große Schüssel geben und mit einer Prise Salz, schwarzem Pfeffer aus der Mühle, Zitronensaft und einem Schuss Olivenöl marinieren. Die Sardellen fein hacken und unter den Salat mischen.

## Caesar Salad-Dressing:

Den Knoblauch schälen, in Scheiben schneiden, zusammen mit dem Joghurt in einen Mixbecher geben, mit Zitronenabrieb und -saft, sowie etwas Salz abschmecken und mit einem Pürierstab schaumig aufmixen.

Den Romanasalat auf Tellern anrichten, großzügig Parmesan grob darüber reiben, mit reichlich schaumigem Knoblauchjoghurt beträufeln und mit den Croutons bestreuen.

## Caesars Salad Varianten:

Eine Keramikschüssel mit Caesars Salad, garniert mit angeröstetem Weißbrot, steht auf einem Tisch | Bild: BR Statt dunklem Brot können Sie natürlich auch Weißbrotwürfel rösten, um sie auf dem Caesars Salad zu verteilen. Und der Salat schmeckt auch super mit Hähnchenfleisch, das man vielleicht noch vom Zubereiten einer Hühnerbrühe übrig hat. Dazu einfach das Fleisch zerpfücken - geht prima mit dem Rührhaken eines Handmixers - und unter den Salat mischen.

Alexander Herrmann am 23. Januar 2020