

# Frühling-Salat mit Knoblauch-Baguette

**Für vier Portionen**

**Für den Frühlingsalat:**

1 Gurke  
6 Stangen grüner Spargel  
200 g Kirschtomaten  
1 Bund Radieschen  
1 Bund Rucola

**Für das Dressing:**

1 Bund gemischte Kräuter  
1 TL Zucker  
Pfeffer  
4 EL Weißweinessig  
1 TL Senf  
4 EL Olivenöl  
Salz

**Für das Knoblauchbaguette:**

8 Scheiben Baguette  
4 EL Olivenöl  
2 Knoblauchzehen

Für den Frühlingsalat die Gurke waschen, halbieren und in Scheiben schneiden.

Kirschtomaten waschen und halbieren. Radieschen waschen, putzen und in Scheiben schneiden.

Grünen Spargel waschen, im unteren Drittel schälen und in dünne, schräge Scheiben schneiden.

Rucola putzen, waschen und trocken schleudern. Alle Gemüsesorten, außer dem Rucola, in eine große Schüssel geben.

Danach für das Dressing die Kräuter abrausen und trocken schütteln. Grobe Stiele entfernen, die Kräuter klein hacken. Kräuter mit Essig, Senf, Zucker verrühren, Öl zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und kräftig unterschlagen. Das Dressing zum Salat geben und zehn Minuten durchziehen lassen.

Knoblauch schälen und klein hacken, mit dem Olivenöl mischen und die Baguettescheiben damit bestreichen. In einer Grillpfanne von beiden Seiten goldbraun anrösten.

Rucola unter den Salat mischen und in tiefen Schalen anrichten. Mit den Baguettescheiben servieren.

Horst Lichter am 28. März 2015