

Feldsalat mit Sahne-Speck-Sauce

Zutaten | 4 Portionen

100 g	Bauchspeck, roh, geräuchert
1 EL	Öl
50 ml	Balsamicoessig
250 ml	Schlagsahne
1	Knoblauchzehe, gepresst
	Pfeffer
	Muskat
150 g	Feldsalat

Zubereitungszeit: 20 Min., Abkühlzeit: 10 Min.

Zubereitung:

- Den Bauchspeck würfeln und im heißen Öl anbraten.
- Mit Balsamicoessig ablöschen und kurz aufkochen.
- Sahne hinzugeben.
- Mit der gepressten Knoblauchzehe, Pfeffer und Muskat würzen und 10 Minuten leicht köcheln lassen.
- In der Zwischenzeit den Feldsalat gründlich waschen und trocken schleudern.
- Das fertige Dressing etwas abkühlen lassen und lauwarm über den Salat träufeln.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 142 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
324 kcal.	31,0 g	5,41 g	6,24 g	66,1 mg