

Gebratene Salatherzen



Zutaten für 4 Personen (als Beilage):

2 Salatherzen
Olivenöl
Salz
Pfeffer
Chili

Zubereitung:

Den Salat als Ganzes waschen, die äußeren Blätter entfernen und anschließend jedes Salatherz von oben nach unten zum Struck teilen.

In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen. Die Salathälften mit der Schnittseite nach unten in die Pfanne geben und kurz, aber kräftig anbraten. Aus der Pfanne nehmen und mit Salz, Pfeffer und etwas gemahlenem Chili bestreuen und direkt servieren.

Tipp: Dazu passen Ofenkartoffeln und ein Tomatensalat.

Rezept: privat, Foto: Kirstin Oelgemöller